L. VI. 45

Bip.
H. o.
375

357

Kurtzer und
Gründlicher Bericht
Des Edlen
Lebens-Balsams/
Wodurch der Mensch seine Gesundheit biß zu bestimter Zeit gar leicht erhalten und sein Leben verlängern kan.

Bestehet in der
Diæt oder Mässigkeit/
Welche hier in einer compendiosen
Reimen-Verfassung
Allen die ihre Gesundheit lieben/ anmuthig vorgestellet und recommandirt wird.

Anderns:
Wird mit gründlichem Beweiß die
UNIVERSAL-TINCTUR
Oder Medicin zu allen Menschlichen Gebrechen dienlich/ vorgestellet/
So bestehet in dem Edlen
Saurbrunnen-Wasser;
Absonderlch wird hier beschrieben das hochschätzbare Saurbrunnen-Wasser des Grießbachs aus dem Schwartzwald/ wie auch dessen grosse Tugend/ Krafft/ Nutzen und Gebrauch/

Allen Krancken zu Trost und Heyl
von
JOANNE BAPTISTA STENZEL,
A. A. L. L. & Philos. ac Med. Doctor.

J. [illegible]

Straßburg/ gedruckt bey Joh. Pastorius. 1714.

Dem
Hochwürdigen/ in GOtt Herrn/
HERRN
PLACIDO,
Des
Hochlöbl. uhralten Gottshauß
Schuttern S. Benedicti Ordens
Prälaten/
und dermalen
Herrn in dem Grießbach/ rc.
Meinem Gnädigen Herrn/
Herrn und Patron rc.

Hochwürdiger Gnädiger Herr/
Herr und Patron rc.

DAß ich mich erkühne/ mit diesem geringen Wercklein aufzuwarten / hat mich Dero gnädige Mildigkeit/

 und

und milde Gnad bewogen / mit welchen Dieselbe mich eine Zeit-hero angesehen / hoffe auch / diese meine wolmeynende Intention, so ich in diesem kleinen Tractätlein exprimire / werde samt diesem günstig auf- und angenommen werden / weilen ich mit diesem eintzig und allein dahin ziele / daß ich Jhro Hochw. und Gnaden samt Dero Hochlöbl. Convent nach überstandenen harten Trangsalen dieses vergangenē verdrießlichen Kriegs nebst einem langwürigen Frieden / auch die Gesundheit / lange Lebens-Frist und allzeit beglückte Regierung anwünsche; bitte also den Willen für das Werck anzunehmen / welcher sicherlich auf guthertzige Intention fundirt ist / und gehet mir wie jenem Bäurlein bey dem König Artaxerxe, welches gesehen / dem König grosse Gaben mit stoltzen Complimen-

ten

ten überbringen/ wolte auch seine Schuldigkeit in Obacht nehmen/ allein seine grosse Armuth ware die Hindernus/ daß er seinen Willen nicht konte vollbringen/ währender dieser seiner Speculation gedunckte es sich/ als wann der König durstig wäre/ schöpffte es aus nächst vorbey rauschendem Fluß mit seinen holen Händen (aus Mangel eines tauglichen Geschirrs) einen Trunck Wasser/ und weil es mit grossen Complimenten nicht konte umgehen/ brachte es doch das Wasser dem König mit einfältiger doch wolmeynender Anwünschung / Vive, trinck/ und lebe wol mein König. Dieses Bauren-Stücklein geduncket mich nicht mal a propos zu seyn / dann ebenfalls mit einem solchen kühlen præsent ziehe ich auf/ nemlich mit einem Trunck Wasser/ welchen ich zwar aus Dero

eigenen Brunnen in dem Grieß-
bach habe geschöpfft / Willens
solchen in Unterthänigkeit zu ü-
berbringen / damit Jhro Hochw.
und Gnaden mit Deroselben
gantzem Hochlöbl. Convent sich al-
so an diesem Trunck erquicken
mögen / daß dessen glücklicher effect
sich in noch lange / gesunde / glück-
liche Jahr erstrecke / mich aber der
Zahl Jhrer wol-recommandirten
Diener auch adnumeriren / der ich
verharre

Jhro Hochw. und Gnaden
und Hochlöbl. Convent

gehorsam ergebenster Diener

JOAN. BAPT. STENZEL
Phil. & Med. Doctor.

Erste

Erste Verfassung.

Philaretus Medicus erzehlt / was ihn zu diesem seinem Vorhaben gebracht.

Philaret. I.

DEr Frühlings-Zeit Holdseeligkeit/
Hat einst bey schönem Morgen
Mir all mein Leyd / umkehrt in Freud/
Und mich befreyt von Sorgen/
Was solte mich / gedachte ich/
Studieren starck abmatten /
Fort/ fort von Haus/ ins Feld hinaus/
Zum Schnee-Bluest in den Schatten.

II.

Die Natur hatt' ihr schwartzes Kleid
Der Nacht schon ausgezogen /
Der Gugu zeigte seine Freud
Die Nacht-Eul weg geflogen /
Die Morgen-röth vom Purpur-Bett
Den Vorhang thät weg schieben/
Ich hörte sehr das Feder-Heer
Sich in der Music üben.

III.

Ich richtete mich alsbald auf/
Ohn weiteres Besinnen/
Und hurtig mit geschwindem Lauff
Zog ich von Haus / dahinnen/
In weitem Feld und grünem Zelt
In etwas zu spazieren/
Da nicht weit dort von meinem Ort
Sich eine Stimm ließ spüren.

IV.

Dieselbe ruffte gegen mir /
Und fragte/ was ich wolte/
Und was ich macht so früh allhier ?
Ich ihro sagen solte/
Da hab ich umgewendet mich /
Um nach der Stimm zu sehen/
Die Stimme ruffte wiederum /
Da thät ich ihr nachgehen.

V.

Durch finstre Wäld / und dick Gesträuch
Bin ich ihr nachgezogen/
Gantz heimlich ich der Stimm nachschleich/
Die mich schon offt betrogen ;
Dann dero Schall und Wiederhall
Mich gantz verirret machte/
Biß daß endlich dieselbe mich
In ein schön Thal hinbrachte.

VI.

Ob diesem wunder-schönen Thal
Das Auge sich erquickte/

Weil solches Thal gantz überall
Wo nur das Aug hinrückte/
Mit lauter Freud und Lustbarkeit
So zierlich war begabet.
Daß die Schönheit und Zierlichkeit
Desselben mich erlabet.

VII.

Der Zephyr blies so angenehm/
Daß ich mich niedersetzte/
Und wünschte/ wann nur jemand käm
Der sich gleich mir ergötzte/
Die Vögelein die sangen drein
Mit solchem Tiriliren/
Daß in der Welt/ wem diß gefällt/
Nichts edlers war zu spüren.

VIII.

Ein Silber-Bächlein floß daher
Mit Anmuth vollem Rauschen/
Daß ich nicht glaub/ daß etwas wär
Um diese Lust zu tauschen/
Der Wellen Heer/ mir mein Gehör
Vergnüget gantz einnahme/
So daß die Fluth mein gantzen Muth
Gefesselt einbekame.

IX.

Gleichwie ein wolgeordnet Heer
Die Blumen-Schaar da prangte/
Der Farben sah man immer mehr
Wie man sie nur verlangte/
Theils roth/ theils blau/ theils gelb/ theils grau/
Theils weißer dann die Schwanen/

Doch giengen vor/ dem gantzen Chor
Die schönsten Tulipanen.

X.

So schön war da die Blumen-Zier/
Wann auch Appelles käme/
Und suchte all sein Kunst herfür/
Und Farben mit sich nähme/
Um diese Zier der Blumen hier
Zu mahlen nach dem Leben/
Wär doch umsunst hier seine Kunst/
Er käme weit darneben.

XI.

Die Schatten-reiche Bäum-Armee
Hie mächtig hoch stolzieret/
Mit grüner Liberey das Klee
Die gantze Gegend zieret/
Gedancken frey/ stund ich hierbey/
Sah nichts an allen Enden/
Als lauter Lust nach Hertzens Gust/
Wohin ich mich wolt wenden.

XII.

Indem so kam mir vor Gesicht
Ein schönes Schloß zu stehen/
Dergleichen ich mein Lebtag nicht
Jemahlen hab gesehen
Von Porphyr-Stein schien es zu seyn
Gantz kunstreich aufgebauet/
Kunst-Figuren und Posturen
War'n da in Stein gehauet.

XIII.

Rom/ sonst an Kunst ein reiche Stadt/
Glaub ich/ h[illegible] nie gesehen

So Säulen wie diß Schloß hier hat/
Die/ Cedern hoch/ da stehen/
Von Marmorstein und Helffenbein
Gantz Spiegel-hell polieret/
Und Silber-weiß war auch mit Fleiß
Durchgehends nett gezieret.

XIV.

Kein Indianer hat niemahl
So edles Gold erblicket/
Als an dem Schloß in grosser Zahl
War gleichsam wie gesticket/
Wann spielte drein der Sonnen Schein
Mußt alles andre weichen/
Das schönst Gebäu sey/ welches sey/
Wär dem nicht zu vergleichen.

XV.

Als ich erstaunt an diesem Ort
Blieb eine Zeitlang stehen/
Da hört ich sagen diese Wort:
Ich soll zum Schloß eingehen/
Ich werde dich glaub sicherlich/
Mein Freund/ vergnügt tractiren/
Drauff gieng ich fein zum Schloß hinein/
Und ließ mich Hoffnung führen.

Andere Verfassung.

Die Gesundheit / Mässigkeit und Humanitas conjungiren sich mit einer genauen Alliance und treuen Freundschafft / worbey Diæta zeigt / wie hoch die Gesundheit zu schätzen.

Phil. Med. I.

ALs ich gieng durch ein schön Portal /
Bekam ich gleich zu sehen
In einem zierlich netten Saal
Ein schöne Dam hergehen /
Die so geziert und ausstaffiert /
Daß ich mich drob entsetzte /
Das schöne Gold / dem alles hold
Für nichts ich an ihr schätzte.

II.

Es war ihr schönes Angesicht
Mit Anmuth gantz bestrahlet /
Wie Milch und Blut gar schön absticht
Auf zarte Haut gemahlet /
Zwey Aeugelein schwartz wie Agstein
Im Haupt herumer strichen /
Die gaben Schein wie zwey Sternlein /
Daß ich darob verblichen.

III.

Zu dieser Damen hochgeacht
Ein andre kam gegangen /

Die

Die gleichfalls durch der Schönheit Pracht
Wol mächtig war zu fangen/
Mit Freundlichkeit/ Holdseeligkeit
Die rauhsten Menschen Hertzen/
Dann dero Blick/ wie scharffe Strick
Erweckten gleichsam Schmertzen.

IV.

Cleopatra hier weichet gern/
Wie auch die Artemisia,
Ja gar der Griechen Liebes-Kern/
Die wunder-schöne Helena,
Ob die zwar all mit Lobens-Schall
Man wegen Schönheit preiset/
Doch diese hier/ mit ihrer Zier/
Zur Küche jene weiset.

V.

Darauf Gesundheit sich gewendt
Mit höfflichen Gebärden/
Und machte der ein Compliment
Demüthig biß zur Erden/
Begrüßt die Dam/ die zu ihr kam
Mit Anmuth vollen Küssen/
Desgleichen Brauch/ die ander auch
Vollzoge gantz beflissen.

Diæta.

VI.

Diæta fieng mit Worten an/
Gesundheit ist mein eigen/
Mich mehrers nichts erfreuen kan/
Als mich dir stäts zu zeigen/
Drum bitt ich dich dann inniglich/
Gesundheit meine Königin/

Wie ich lieb dich / so liebe mich /
Diætam deine Dienerin.

VII.

Mein Stand die edle Mässigkeit
Soll niemahl dich betrüben /
Vielmehr dir machen grosse Freud /
Wann du mich recht wirst lieben /
Ein frölich Hertz / gantz ohne Schmertz
Kanst du durch mich erstreben /
Kein Gut noch Geld / kan auf der Welt
Ohn mich / dir solches geben.

Sanitas. VIII.

Diæta du mein höchster Werth /
An dir hab ich Gefallen /
Nichts lieb ich / dir gleich / auf der Erd /
Du bist mein Schatz vor allen /
Stäts will ich dich / glaub sicherlich
Für meine Schwester halten /
Wann nur jemand diß unser Band
Sucht bestens zu verwalten.

IX.

Humanitas die Hochgeliebt /
Die solte dieses wissen /
Und daß wir würden nie betrübt
Sie wär dahin beflissen
Diß Liebes Band mit kluger Hand
Tracht bestens zu verstricken /
Ich will zu ihr / gefallt es dir ?
Daß sie komm / gleich hin schicken.

Humanitas. X.

Hertzallerliebste Fürstin mein /
Sie laß es unterwegen /

Sie kan der Müh enthoben seyn/
Ich bin schon lang gelegen
Bey dem Gesträuch/ und thäte euch
Mit gröstem Lust zuhören/
Möcht nicht herfür/ daß ich nicht irr
Diß schön Gespräch zu stören.

XI.

Der Diætet will gerne ich
Bedienet seyn mit Willen/
Daß ihr Verbündnus kräfftiglich
Sich möge stäts erfüllen/
Daß jederzeit/ die Mässigkeit
Bey ihnen soll regieren/
Daß niemahls sie noch spath noch früh
Was schädlichs mögen spüren.

Philaretus. XII.

Diæta mit geblümten Worten
Auf besondere Manier
Durch die rothen Lippen-Porten
Bracht ein schöne Red herfür/
Theils zu preisen/ und erweisen
Daß nichts gleich der Sanitæt,
Probiert auch klar mit Worten rar/
Durch folgend beygesetzte Red.

Diæta. XIII.

Dem Silber und dem rothen Gold
Ist jederman ergeben/
Sagt mir/ wer diesem nicht sey hold
In diesem eitlen Leben?
Man setzt daran/ was man nur kan/
Leib/ Blut/ ja gantz Vermögen/

Wann

Wann nur mehr Geld/ man in der Welt
Dardurch sich kan zulegen.

XIV.

Stellt man nicht viel Schiff-fahrten an
Mit Million Gefahren/
Wie mancher es aussagen kan/
Die lang darinn verharren/
Perlen/ Muscheln/ Corall Büschlen
Man suchet in Abgründen/
Man acht kein Noth/ brächts gar den Todt/
Wann sie nur solche finden.

XV.

Wann Fürsten haben ihre Freud
An kostbar edlen Steinen/
Man graben muß durch Lieb und Leid/
Biß daß man findt die feinen/
Wo sich verdeckt und gantz versteckt
Gefrorne Diamante/
Findet man bloß ein Erbsen groß/
Bringts Freud im gantzen Lande.

XVI.

Weg Diamant/ allhier zerspring/
Corall und Perlen weichet/
Silber und Gold ist zu gering/
Hier unserm Schatz nicht gleichet/
Rubin dein Blut/ erblassen thut/
Vor dem Kleinod vorhanden/
Dann dieser Gschmuck/ und edles Stuck
Macht alle Schätz zu schanden.

XVII.

XVII.

Gesundheit / O der edle Schatz
Laßt sich bey uns hier sehen:
Fort aller Welt Pracht/ machet Platz/
Ihr müßt bey seiten gehen
Mit Jubel-Schall / wir allzumal
Gesundheit jetzt erheben/
Die ist es werth/ sonst nichts auf Erd
Kan solche Freude geben.

XVIII.

Wie mancher seufftzt im Krancken-Bett/
Der Jahr und Tag gelitten/
Ach! wann ich nur Gesundheit hätt!
Ach könt ich das erbitten!
Demant/ Saphir/ Silber-Geschirr/
Sieh ich an gantz betrübet!
Was ich mit mach/ so sprich ich: Ach!
Gesundheit mir beliebet.

XIX.

Masenius ein Beyspiel setzt
Von einem edlen Reichen /
Wie hoch Gesundheit dieser schätzt/
Will ich euch gleich jetzt zeigen:
Vom Podagram war dieser lahm/
Kont viel Jahr nicht aufstehen/
Er war so reich/ fast Fürsten gleich/
Im Haus war gnug zu sehen.

XX.

Allein das Guth nahm gar sehr ab/
Es fienge an zu schwinden/

Es wurde endlich gantz schabab/
Man kont fast nichts mehr finden.
Ward viel geschmaußt/ und schlecht gehaußt?
Davon kan ich nichts sagen/
Vielleicht Gesind hat auch geschwind
Geholffen/ abzutragen.

XXI.

Der gute Herr lag kranck im Bett
Bey ungeschmacktem Essen/
Die Frau kein Schmaltz noch Saltz mehr hätt/
Der Wein war ausgemessen/
Das trucken Brod bey solcher Noth
Mußt ihm den Hunger stillen.
Was wolt er thun/ da war kein Hun
Den Magen mit zu füllen.

XXII.

Auß Mangel gar/ wann da kein Brod/
Hat Hunger er gelitten/
Wiewohl er endlich durch die Noth
Das Podagram bestritten/
Kont wieder stehn/ und munter gehn/
Nur war nichts in der Taschen/
Er müßt hinaus/ von Haus zu Haus/
Sehn/ wo was gibt zu naschen.

XXIII.

Als einsten sich begeben solt/
Weiß nicht woher gezwungen/
Ein Bettel-Vogt ihn jagen wolt/
Ist munter er entsprungen/
Da schrie er auf in vollem Lauff/
GOtt Lob! ich kan braff lauffen/

Mich besser freut mein Gesundheit/
Als grosse Gelder-Hauffen.

XXIV.

Beweise braucht es jetzt nicht mehr/
Noch Proben herzutragen/
Gesundheit/ höchster Preiß und Ehr
Gebührt/ soll ich es sagen/
Die Käyser Cron und Königs Thron
Kan man ihr offeriren/
Der Gesundheit Glückseeligkeit
Den Triumph-Ruhm soll führen.

Dritte Verfassung.

Worinn gezeigt wird/ wie Luxuria die Unmässigkeit wider Gesundheit und Mässigkeit aufgestanden/ und die sex res non naturales verwirret zum Aufstand/ absonderlich den Freß- und Sauff-Gott Bacchum aufgehetzt/ die Mässigkeit zu verjagen.

Philaret. I.

NAch diesem schloß sich das Portal,
Und ich blieb gantz alleine/
Ich sahe mich um überal/
Ob mir nicht was erscheine/
Und sage mir/ was nun geh für/
Da gieng die Port geschwinde
Von neuem auf/ und kam ein Hauff
Von allerhand Gesinde/

II.

Als ich zusahe diesem Spaß /
Ein Weibsbild daher kame
Auf einem mächtig grossem Faß /
Ich kandte nicht die Dame.
Ich kondte hier / nicht fassen schier /
Was diese wolten machen /
Dann ihre Red war von Pancket /
Vom Fraß und solchen Sachen.

III.

Die Dam glich einer Leyrer Hur /
Als wie ein rechtes Luder /
Darauf fieng an die wüste Gurr /
Sprach zu dem Baccho: Bruder
Ruff mein Gesind herbey geschwind /
Ich muß etwas vortragen /
Wann meine Waar beysammen gar /
So will ich euch es sagen.

IV.

Ich Frau Luxuria frage euch
Ihr meine Rott-Gesellen /
Auf meine Frag gebt Antwort gleich /
Wie wir die Sach anstellen?
Weil Gesundheit und Mässigkeit
Ihr Thun so eingerichtet /
Worzu mit Rath / auch Hülff und That
Humanitas verpflichtet.

V.

Luxuria soll leyden diß /
Daß Diæt so soll prangen?
Nein gar nicht / ich will gantz gewiß
Sie legen bald gefangen /

Durch

Durch falsche Tück/ in meine Strick/
Will ich sie gar bald bringen/
Ich weiß schon/ daß Humanitas
Sich leichtlich lasset zwingen.

VI.

Gesätz vorschreiben ohne Scheu/
Darnach sich zu bequemen/
Ist gleichsam eine Sclaverey/
Die nicht leicht anzunehmen/
Für Lust und Freud/ in Mässigkeit
Zu leben ist verdrießlich/
Nun mein Gesind/ antwort geschwind/
Sagt/ was uns sey ersprießlich?

Bacchus. VII.

Ich Bacchus bin zwar meistens voll/
Doch will ich meine Sachen
Zu Trutz verrichten also wol/
Luxuria wird drob lachen/
Ich will gar fein durch guten Wein/
Durch Fressen/ Panquetiren/
Mit Lustbarkeit der Gesundheit
Humanitas entführen.

VIII.

Ich will sie schon durch manche Lust
Und offt Gastmähler halten/
Einnehmen/ wie mir schon bewußt/
Laßt mich hierinn nur walten/
Durch Bißlein gut/ will ich den Muth
Der Diæt auferwecken/
Daß sie gar viel/ ja übers Ziel
Begierlich wird einstecken.

IX.

Das junge Kalbfleisch eingemacht /
Gebratne Hüner / Tauben /
Ein Haas / auch eine gute Tracht
Die werden sie aufklauben /
Ein schwartz Stuck Wild / ein' Gans gefüllt
Mit Zwibeln oder Kesten /
Durch solchen Schleck / wird sich gantz keck
Diæt nach wünschen mästen.

X.

Dann ruff ich alsbald meiner Purst /
Herein und uns einschencket /
Die Gäste haben grossen Durst /
Er will seyn abgeschwencket /
Gebt eine Schal / oder Pocal /
Damit der Durst entlauffe /
Sprecht allen zu / laßt niemand Ruh /
Daß ieder munter sauffe.

XI.

Wann dann der Durst so fein gelöscht /
Laß ich dem Koch bald sagen /
Bring Rindfleisch her / wann gutes häst /
Laß saures Kraut auftragen /
Mit Speck belegt / so gar wol schmäckt /
Fast besser als die Cappen /
Pasteten seynd uns auch nicht feind /
Wann Morchlen zu erschnappen.

XII.

Koch bringe jetzt geschwind herein
Ein Kalbs-Keul wol gebraten /
Daß darbey können lustig seyn
Die Gäste / die geladen /

Capren dran thu/ gib auch darzu
Ein Schüssel voll Bratwürste/
Sa schencket ein Elsässer Wein/
Daß ja kein Gast nicht dürste.

XIII.

Nun kommt hieher und schencket ein/
Ein grösser Glas man gebe/
Es muß wol ein halb Mäßigs seyn/
Der Käyser Carle lebe!
Der stäts florier/ victorisier/
So lang Er wird regieren/
So lang Er leb/ GOtt ihme geb
Nichts widrigs mag verspüren.

XIV.

Seyd lustig liebe Gäste hier/
Herr Kuchenmeister gehet
Und wartet uns auf nach Gebühr/
Nach mehrer Essen sehet/
Bringt uns heran den welschen Han/
Damit er uns ergötze
Auf diesen Biß ich gantz gewiß
Den Urhan auch gut schätze.

XV.

Die wilden Endten uns jetzt schickt/
Noch achte seyn daraussen/
Mit Zimmet/ Näglein wol gespickt/
Diß dienet auch zum schmausen/
Nur munter eilt/ nicht lang verweilt/
Bringt her den Reheschlegel/
Wildprät ist gut/ macht frisches Blut
Bey wol gefüllter Kegel.

XVI.

Geschwind daß einer hinaus spring/
Daß die Sauköpff mundiret/
Der Koch alsbalden selbst herbring/
Wann sie recht ausgezieret/
Da kommt schon dar die schöne Wahr/
Die sich gemäst zum schlachten/
Das ist gewiß ein Lecker-Biß/
Den Gäste gar hoch achten.

XVII.

Jetzt Musicanten kommt herbey
Mit Geigen und Schalmeyen/
Macht daß hier alles lustig sey/
Stellt euch dahin in Reihen/
Die Bögen schleifft/ die Krägen säifft/
Laßt euch eins wol bekommen/
Die Geigen rührt/ brav Triller führt/
Laßt schallen Pauck- und Trommen.

XVIII.

Geschwind macht einen Lermen drein/
Die Gläser voll einschencket/
Von diesem Spanisch edlen Wein/
Daß man die Gurgel schwencket/
Der edle Safft hat grosse Krafft/
Macht lustig alle Glieder/
Diß Spanisch Blut ist köstlich gut/
Schenckt ein den Gästen wieder.

XIX.

Breißgau hat auch gar gute Wein/
Bringt eins vom Keffersberger/
Ein gutes Mäßlein schencket ein
Vom rechten Häusselberger/

Er ist so fein/ als Spanier Wein
Laßt sich darfür verkauffen:
Mir kommt noch ein gar guter Wein/
Fahrt munter fort im Sauffen.

XX.

Der Bruder Rausch im Breißgau ist
Ein Wein von solcher Güte/
Wann schon fast halber tod du bist/
Und trinckst/ wird dein Geblüte
Das schon sehr alt/ und halb erkalt/
Gantz frisch wie bey der Jugend/
Ich habs probirt/ und offt verspürt
Sein grosse Krafft und Tugend.

XXI.

Bringt jetzo auch Confect daher/
Von Marcipan und Tarten/
Heut nichts zu sparen ich begehr/
Kan auch mit Obs aufwarten/
Schwartzwald/ Holland und Schweitzerland
Die haben manche Käse/
Bringt gleichfalls her den Schabziger/
Das ist ein gut Gefräse.

XXII.

Wann sie alsdann seynd toll und voll/
Daß sie kaum mögen stehen/
Sag ich/ laßt euch gefallen wol/
Mit mir spazieren gehen/
Bleibt hier bey mir/ ihr habt Quartier/
Und eh man geht zu Bette/
So wollen wir ein gut Glas Bier
Noch sauffen in die Wette.

XXIII.

Habt mein Vorhaben ihr gehört/
Könt man es besser machen?
Luxuria als wie bethört/
Mußt laut darüber lachen/
Nun will ich gehn und weiter sehn
Wie sich die Pursch befinde/
Diæt ist fort/ und fast ermordt/
Samt ihrem Fraß-Gesinde.

Otiosus, XXIV.

Herr Vetter Bacchus geh nur hin/
Es wird dir wol gelingen/
Ich Otiosus hab im Sinn/
Auch was daher zu bringen/
Ich schaffen will/ daß ihrer viel
Vor Faulheit immer schlaffen/
Daß sie bethört/ und wie verkehrt
Ergreiffen deine Waffen.

Labor. XXV.

Ich Labor euch zur Nachricht sag/
Wie mein Sach will verwalten/
Weil über mich stäts führen Klag
Die mit Gesundheit halten/
Ich manchen dann will treiben an/
Daß er müß stäts studiren/
Biß daß der Geck Gesicht hinweg/
Und närrisch sich wird spüren.

XXVI.

Ich will anwenden alle Müh
In vielen andern Sachen/
Bald hier/ bald dort/ bald spat/ bald früh/
Viel Leuthe Schabab machen/ Durch

Durch mancherley/ darauf die Reu
Wiewol zu spat wird kommen/
Daß meinen Rath der ihnen schadt/
Zu eifrig angenommen.

Passiones animi. XXVII.

Wir Passiones seyn bewerth/
Daß wir gewiß obsiegen/
Daß die Gesundheit werd zerstört/
Sie muß gantz unterligen.
Ira, pavor, metus, amor,
Auch komm Melancholia,
Man sperr sich nit/ muß alles mit/
Trummel den Marsch Invidia.

Vierdte Verfassung.

Humanitas, die sich von der Unmässigkeit bethören lassen/ sucht mit Klagen die liebe Gesundheit.

Philaretus. I.

NAch diesem macht sich alles fort/
Ich blib allein da stehen/
Und wartete an diesem Ort/
Wie es werd weiters gehen/
Zwey Cameel-Thier da traten für/
Die eine Senffte tragen/
Darinnen kam die vorig Dam,
Mit Ach und Wehe klagen:

Humanitas. II.

Ich hab bethören lassen mich/
Daß ich mich eingelassen /
Der Bacchus stellte freundlich sich/
Und wolt mich selbs anfassen.
Sprach ohne Scheu: Melancholey
Werd endlich dich einnehmen/
Wann du so sitzst/ das Maul stäts spitzst/
Frölich zu seyn dich schämen.

III.

Ich ließ mich gar nicht bitten lang/
Gieng mit hin zu dem Schmause/
Allein du bitter saurer Gang!
Befleckteſt mir mein Hause/
Ich fieng auch an/ wandt alles dran /
Hielt offne Gastereyen/
Allein du Thor/ was hast darvor?
Als Kranckheit und Abscheuen.

IV.

Wo haben wir doch hingedacht
Wir tumme Narr-und Thoren/
Daß wir Diætam so veracht /
Gesundheit mit verlohren /
Von diesem Ort will ich nun fort
Mich weiter lassen tragen/
Biß ich mit Freud die Gesundheit
Kan wiederum erfragen.

Fünffte Verfassung.

Luxuria mit ihrem Anhang triumphiret/ daß sie die Diæt verjagt/ der Humanitas und ihren Leuthen allerhand Kranckheiten und Gebrästen bey-gebracht.

Philaretus. I.

Auf dieses kam daher postirt
Luxuriæ Gesinde/
Die haben Jubel gnug geführt/
Und schrien in der Runde/
Ha/ ha Diæt jetzt nicht mehr steht
In vorigem Ansehen/
Geführter Pracht ist nun veracht/
Muß schimpfflich darvon gehen.

II.

Luxuria vor Freuden sagt:
Im Land bin ich jetzt Meister/
Diæt ist nun von uns veriagt/
Zerstört seynd ihre Geister/
Nach ihrer Lehr fragt niemand mehr/
Weil sie sie selbst nicht achtet/
Offt hochgeschätzt/ wird offt zuletzt
Gemeiniglich verachtet.

III.

Wir wollen erstlich hören an
Wie man uns hat beehret?
Luxuriæ ist zu wissen dann/
Wie manchen wir bethöret/

Die williglich ergaben sich
Zu thun nach unserm Wille/
So höret dann mich alle an/
Und mercket auf in stille.

Bacchus. IV.

Mein Thun hat mir recht wol geglückt
Durch Schmauserey und Sauffen/
Weil manchen Gast ich so berückt/
Daß sie kaum können schnauffen/
O weh! mein Kopff! ich armer Tropff/
Erbärmlich! viele/ klagen/
Ein andrer sprach/ O welche Plag
Muß ich am Zahnweh tragen.

V.

Ein andrer schry/ was muß das seyn/
Das in mir so sehr naget?
Wie grimmt es mich! O grosse Pein/
Der Schmertz macht mich verzagen.
Wie manchen Druck empfindt der Ruck/
Das muß vom Grieß herkommen/
Bricht es nicht bald/ muß mit Gewalt
Ich immer weh! weh! brommen.

VI.

Die beym Schmauß waren toll und voll/
Der Bauch ist aufgeloffen/
Man köndte darauf trommeln wol
So waren sie besoffen:
Nun kommt Gefahr/ Husten/ Catharr/
Als Lohn der starcken Güsse/
Darauf folgt Angst/ daß vollen Wangst
Leicht tödten schnelle Flüsse.

VII.

VII.

Durch Schwelgerey und starcke Süff
Das Podagra entstehet/
Das Hertz muß dulden manchen Puff/
Auch Lähme offt ergehet.
Ach Gesundheit mein Hertzens Freud/
Hilff mir das Ubel demmen/
Wann ihr schenckt ein/ gebt keinen Wein/
Ich will nur Wasser nehmen.

VIII.

Ich hab viel andres mehr gethan/
Ich mag nicht alles sagen/
Ihr andre zeigt nunmehr auch an/
Was ihr habt dörffen wagen/
Labor sag her/ laß uns nunmehr
Auch deine Klugheit mercken/
Dann Otiosus ist Hindernus
An allen guten Wercken.

Studium & Lucubratio.

IX.

Gelehrter viel die Tag und Nacht
Ich brachte zum Studiren/
Die haben sich so weit gebracht/
Daß sie den Gecken spüren/
Wann man zu viel nachgrüblen will/
Gibts mithin Narren-Kappen/
Das ist ihr Lohn/ zum Spott und Hohn
Heißt man sie tumme Lappen.

Otiosus.

X.

Viel hab ich auf der Bärenhaut
Faulentzend stäts gefunden/

Mir

Mir hat vor ihnen selbs gegraut/
Daß diese schlimme Kunden
Heilosiglich/ verderben sich/
Und gäntzlich ruiniren/
Man solt die Seuch/ den Negris gleich
Nach Peru hinein führen.

Passiones animæ. XI.

Uns Passiones gantz allein.
Ihr billich loben solten/
Wir haben bracht in grosse Pein/
Die offt nicht daran wolten/
Wir Zorn und Grimm/ vor andern schlimm/
Haben manch Blut vergossen
Durch unsre Wuth viel edles Blut
Erstochen und erschossen.

Venus. XII.

Wie viel verbuhltes Liebes-Aas
Ist durch mich gar umkommen?
Wie vielen/ nach erfülltem Maaß
Hab Gsundheit ich genommen?
Da die Düppel/ arme Krüppel
In Höllen-Aengsten sitzen/
So spath als früh/ bald Er bald Sie
Die Venus-Seuch ausschwitzen.

Zelotypia, Invidia. XIII.

Die da aus purem Neid und Haß/
Nach ihrer Boßheit lebten/
Die da dem Nächsten nur aus Spaß
Nach ihrem Wolseyn strebten/

Tragen darvon zur Boßheit Lohn
Die Haut kaum an den Beinen
Der Neid zehrt aus mit solchem Graus/
Ich köndte sie beweinen.

XIV.

Luxuria was wilt du mehr?
Die Ritter/ Graffen/ Fürsten/
Und andre seynd in deinem Heer/
Die alle nach dir dürsten;
Was ligt uns dran/ Diæt die kan
Im Elend herum springen/
Der tollen Welt vielmehr gefällt/
Luxuriæ Lob zu singen.

XV.

Diæt ihr Sach ist nur ein Spaß
Bey jetzt galanter Erden/
Pro rationis voluntas,
Muß alles bestellt werden/
Laßt uns jetzt frey/ heißts/ ohne Scheu/
Thun was der Brieff ausweiset/
Lustig singen/ sauffen/ springen/
Solch Leben jeder preiset.

Sechste Verfassung.

Diæta als vertrieben / kommt zu Medicina, sich beklagend/ wie elend sie herum ziehe: Medicina verspricht ihr alle Hülff/ sie wieder in Flor zu bringen.

1. Als

Philaretus. I.

ALs diß Gesind fortzog von hier /
Da sahe ich zwo Damen,
Die traten aus dem Saal herfür /
Und nahe zu mir kamen/
In göldnem Stuck/ und schönem Schmuck/
Die eine sich ließ sehen/
Voll Traurigkeit! in schwartzem Kleid/
Die andere dort blieb stehen.

Medicina. II.

Daß ich hier sehe die Diæt,
Erfreuet mich von Hertzen!
Doch / daß sie so betrübt da steht/
Erweckt mir für sie/ Schmertzen!
Sie sage mir/ was mangelt ihr?
Daß sie so schwartz aussihet!
Kan dienen ich/ glaubt sicherlich/
Daß es von mir geschiehet.

Diæta. III.

Ihr liebste Freundin seyd mein Trost/
Den ich noch hab auf Erden/
Ich stecke voller Hitz und Frost/
Weiß nicht was ich soll werden/
Wann nicht ihr Mund/ zu dieser Stund
Mir hülfreich wird erscheinen/
So werd ich mich gantz sicherlich
Gar bald zu tode weinen.

IV.

Weiß nicht wohin mich wenden soll/
Ich lauff herum vertrieben/
Frag ich / wer mich herbergen woll?
Hat niemand kein belieben/

Jetzt jung und alt/ allein gefallt
Das heutig Luder-Leben/
Ein jedes spricht/ ich mag dich nicht/
Sieh/ wer dir was will geben.

V.

Allein ich hab davon schon Wind/
Man wird mich báldest suchen/
Viel von Luxuriæ Gesind
Die Bestia selbs verfluchen/
Dieweilen sie/ bald spath/ bald früh/
Verderbt durch Debauchiren/
Du wirst es hier/ glaub sicher mir/
Aus dem Bericht verspüren.

VI.

Die allezeit gesoffen aus
Den Wein mit grossen Gláſern/
Die immerzu im Saus und Braus
Schwermten bey vollen Fässern/
Die ligen dort/ fast ohne Wort/
Man höret sie nur klagen/
Du wüste Hur/ was hast du nur
Erwecket uns für Plagen?

VII.

Das wilde wüste Podagra
Uns also exerciret:
Kommt dann darzu das Chyragra,
Gedult man offt verlieret/
Es nagt und beißt/ es zerrt und reißt/
Offt gar unsinnig tobet/
Komm einer her/ und sage wer
Dergleichen Lohnung lobet.

VIII.

Nicht nur ein Zufall gantz allein
Bey dieser Pursch einkehret/
Offt zwey biß drey beysammen seyn/
Und Ubel sich vermehret/
Schlaffsucht / Catharr / fällt hier und dar /
Und rinnet in die Glieder/
Werffen auch offt/ gantz unverhofft
Den Menschen maustodt nider.

Medicina. IX.

Hertzallerliebste Schwester mein/
Sie sey nur wol zu Muthe /
Ich werde ihre Freundin seyn /
Ihr dienen mit dem Blute /
Wer widerspricht / und wolte nicht
Diætam mit mir lieben?
Die allezeit bringt Frölichkeit /
Und niemand wird betrüben.

X.

Man hat niemal gesehen nicht
Daß/ der Diæt hoch schätzet /
Und sich nach ihren Reglen richt /
So leichtlich werd verletzet /
Gesundheit bleibt/ Unlust vertreibt /
Man muß vor Freuden lachen!
Daß dem so wol / als dem der voll/
Der immerzu muß krachen.

XI.

Stein / Podagra/ Angst/ Schmertz und Noth
Kommt auch zu ihren Zelten /

Allein

Allein es ist kein täglich Brod/
Kommt wenig oder selten/
Hier keine Flüß/ noch Wasser-Güß
Vom Haupt herunter fallen/
Wie denen dort/ die fort und fort
In Wollust umher wallen.

XII.

Die Sinne wachen alle hier/
Verhüten blinde Lärme/
Das Aug rundiret für und für/
Das Hertz hat Hitz und Wärme/
Es wallt das Blut/ schön/ roth und gut/
Und alle Adern stärcket/
Der Adern Uhr schlägt gleich und pur/
Daß man Gesundheit mercket.

XIII.

Das Hertz/ so lieb hat die Diæt,
Dem Leib ist/ wie die Sonne
Am hellen Firmament da steht/
Die Nutzen gibt und Wonne.
Wer also lebt/ und widerstrebt
Der Unmaß/ stärckt die Glieder/
Weilen alsdann der Magen kan
Verdauen alles wieder.

XIV.

Es brauchet da der Wort nicht viel/
Wer gerne Diæt leben
Und mäßig sich auff-führen will/
Darff keinen Artzt-Lohn geben;
Hypocrates kommt in Vergeß
Bey dieser Gattung Leuthen/

Auch wird Galen fast müßig gehn/
Wird haben gute Zeiten.

XV.

Allein die Bursch Luxuriæ
Diß gar nicht können sagen/
Sie sitzen meist in Angst und Weh/
Auch offt erbärmlich klagen!
Um vielen Schleck/ der Apotheck
Sie müssen sich bewerben/
Doch alles diß ist ungewiß/
Ja gar viel darbey sterben.

XVI.

Nunmehr ist das Gedichte aus/
Kommt mit/ ich will euch führen
Herr Collega nach eurem Haus/
Ihr möchtet euch verirren/
Ich bin ja sein/ und Er ist mein/
Ich will mich zwar nicht nennen/
Er solte mich/ gleich Ihne ich
Vor langem schon wol kennen.

XVII.

Nachdem/ ich/ mit der Damen gieng/
Nun will ich euch noch sagen/
Was für Discurse sie anfieng
Im gehen vorzutragen/
Durch hohe Wäld und grünes Feld
Sie mit mir fort marschirte/
Biß daß am End/ wo Weg sich trennt/
Ich also discurirte.

DISCURS
über dieses Symbolische Reimen-Gedicht/ von der DIÆT und Erhaltung der Gesundheit.

Hoch-Edle Dame, Ihre grosse Höfflichkeit/ mit welcher sie mich heut gantz eingenommen / indem sie mich mit so anmuthigen Parabolen oder Gleichnus-Reden ergetzt/ macht mich gantz beschämt/ daß ich nicht fähig dero Höfflichkeit zu vergelten / doch erkühnet mich ihre günstige Freundlichkeit / mit welcher sie mich bewürdiget/ daß ich bittlich anfrage / wer doch meine wertheste Dame seye? daß wenigstens den Schatten eines danckbaren Gemüths erzeigen/ und nach Kräfften aufwarten möge.

Hochwerthester Freund / das höffliche ja überflüssige Wort-prangen / welches man vielmehr unter Unbekannten gebraucht/ wolle er unterwegen / und sich der alten Verträulichkeit belieben lassen. Ich bin Medicina, habe Ihm hergeruffen/ und in dieser Poetischen Verfassung vorstellen wollen / was und wie mit Bedauren alle Tag vernehmen muß/ daß Luxuria, die feindselige Neiderin der Gesundheit/ die Mutter aller Ungebühr/der Ursprung schier aller Kranckheiten in allen Reichen und Welt-Thei-

len/ absonderlich in unserm lieben Europa, mit schädlichem Mißbrauch den rechten Gebrauch die zum menschlichen Leben verordnete Gaben GOttes verhönet/ die zulässige Frölichkeit mit unordentlicher Tollsinnigkeit verstellet/ und die liebe unschätzbare Gesundheit verjaget/ und ihre höllische Gespunst für ein ungezweiffelten und unausdinglichen Lehrsatz aufdringen will; dessentwegen hab ich Euer Liebden solches eröffnen wollen/ und treuhertzig um getreu- und beharrliche Hülff und Beystand bitten/ damit wir diesen reichen Schatz des menschlichen Lebens/ die edle Diæt erhalten/ dargegen die gifftige/ verderbliche Ertz-Feindin der Gesundheit vertreiben/ und gäntzlich aus allen End und Orten verjagen mögen; pflege also mit gröstem Vertrauen ihres Raths damit ich gründlich desjenigen möchte berichtet werden/ was mir schon zum öfftern ist hinderbracht worden.

Hochgeliebte Freundin/ mit grössestem Vergnügen vernehme ich ihren Befehl/ welchem ich mich Tag und Nacht zu allen/ auch geringsten Diensten/ unterwürffig zueigne: Ubrigens was sie mich befragt/ will ich ohne des geringsten Verheelung um desto lieber erzehlẽ/ daß ich mich berühmen könne/ eine Beyhülff gethan zu haben/ wodurch die bißhero irrende Natur in ihre gebührende Schrancken eingeholt werde: Ist also zu bedauren/ daß zu diesen Zeiten die hochschätzbare Mässigkeit zerstört zu boden ligt/ der Muthwillen/ Völlerey/ und schändliche Unmässigkeit/

sigkeit für eine Tugend/ die Mässigkeit aber für schmählig und für ein Geitz gehalten wird/ welches die tägliche Erfahrung beweiset. Dann wann zu dieser Zeit nicht nur grosse Herren/ sondern auch nicht gar hohe Stands-Personen Gast-Mahl und Saufferenen anstellen / so pflegen diejenige/ so darzu beruffen werden/ solches für eine grosse Gnad aufzunehmen / und ziehen öffters dergleichen unmässige Panqueten und Sauff-Gnaden einem köstlichen Geschenck vor/ weilen denen/ die solche anstellen/ nicht unbewust / daß man jetziger Zeit die Gemüther nicht leichter/ als durch das Sauffen gewinnen kan; bey diesen Zusammenkünfften haben grosse Wirckung die so übel-genannte Gesundheits-Trünck/ und werden solche von hohen Personen den Niedrigen zur sonderen Gnad / von diesen aber zur Bezeugnus ihrer Unterthänigkeit angefangen / wer auch da nicht Bescheid thut/ fehlet wider alle Reglen der Politic: Je grösser auch die Kübel seynd/ daraus man trinckt/ je grösser ist die Ehr/ entschuldiget sich einer mit der Unmöglichkeit/ so gibt es eine Verletzung der Ehr/ trinckt er übermacht/ so verderbt er seine Leibs-Gesundheit/ und wer da sich weigert/ daß er nicht tapffer bescheid thut/ der kommt endlich gar in Verdacht/ er hab ein s. v. Schelmenstuck schon gethan / oder wenigstens noch im Sinn; muß also bißweilen ein ehrlicher Gast Schanden halber mittrincken/ wann er schon Ehren halber nicht mehr des Trin-

ckens beliebig ist. Sauffen also/ wo nicht gar wie man jetzt pflegt zu sagen/ Bletz ab/ doch daß Bintzen möchten in ihnen wachsen/ und der am längsten anhalten kan/ hat das Sieg-Kräntzlein des Bacchi gewonnen; der aus Nothwendigkeit aufstehet/ wird beschimpfft/ und ist es so weit kommen/ daß alle Handlungen durch das Sauffen angefangen und geendiget werden. Ich will mit Stillschweigen gern vorbey gehen/ wie alles bey diesen Zünfftmässigen Weinziehern verkehrt werde/ dann aus Tag machen sie Nacht/ aus Nacht Tag/ auch alle Sachen/ die sonst zu der erwünschten Gesundheit dienlich seynd/ verwirren sie/ daß also nichts nach seiner Ordnung gebraucht wird/ weiß dann nicht/ wie es bey diesem verwirrten Zustand soll angegriffen werden.

Geliebter Freund/ es wäre meines Erachtens nicht übel gethan/ wann wir an dieses schluderische Welt-Gesind ein Memoriale abfertigen thäten/ und vermeinte ich solches auf folgende Weis wol eingericht zu seyn.

MEMORIALE
An das unmässige Welt-Gesind.

Es woll sich niemand befremden/ daß wir an Euch ein Memoriale gelangen lassen/ weilen wir aus Schuldigkeit dahin verbunden/ in dem wir vernehmen müssen/ daß die edle Mässigkeit/ welche wir schuldig seynd/ euch zu lieb zu handhaben/ allzeit befleissen/ müssen

aber

aber vernehmen / daß diese von der Jugend verspottet/ von den Gelüsten der Alten gehemmet/ ja schier von allen verlacht/und gar wenig verehret wird/ dessentwegen können wir euch nicht bergen/ wie mißfällig es uns seye / daß ihr die gifftige Schlange der Unmässigkeit selbsten heget und mehret/ welche doch euch das Gifft beybringet/ und die hochschätzbare Gesundheit verderbet/ dahero uns höchstens verwundert/ indem doch die meisten das Leben und die Gesundheit so sehr lieben / wann es zum sterben kommt / alles darfür dargeben solche zu erhalten / und dannoch wann sie leben und gesund seynd / sie ihre Sachen anstellen / als wann sie zwey / drey oder mehr Leben hätten / ja es ist schon dahin kommen/ daß ihr in aller Uppigkeit und Wollüsten ergossen / die edle Mässigkeit nicht mehr kennet/ tantzet / springet / freßt und saufft/ führet ein müssiges Leben/ lasset den Gemüths-Bewegungen freyen Zügel / thut also nach eigenem Willen was ihr wolt / und also die unschätzbare Mässigkeit mit Füssen tretten; Geben euch derohalben zu beobachten und zu betrachten/ daß alles auf der Welt durch gehörige Ordnung erhalten und fortgesetzet wird: Die Sterne halten ihren ordentlichen Lauff / alle Thierlein und Gewächs haben ihre ordentliche Zeit und Wachsung/und kan kein Regiment und Wesen ohne sondere Ordnung bestehen/ wie solte dann das menschliche Leben/welches die Göttliche Majestät mit sonderer Ordnung/ als eine

theu-

theure Beylag eingericht und ertheilt/in einem unordentlichen unmässigen Leben in die Länge fortgesetzt werden können? Dann GOtt hat uns nach dem Leben zugleich auch erschaffen/ das Essen und Trincken/ Schlaffen und Wachen / die Bewegung und auch den Lufft und andere Sachen/ die wir zu unserem Leben höchstens nothwendig/ ohne welche wir nicht lang bestehen können/ und solte auch der allerstärckste Mann nicht essen / noch trincken / noch schlaffen/ so müste er das Leben aufgeben; ist diesem dann also/ so muß ja folgen/und ist gewiß/ daß er durch dieses erhalten werde/ so muß auch folgen / so man diese recht oder unrecht nach ihrer Ordnung gebraucht/ das Leben verlängert oder verkürtzt werden kan / welches dann so gewiß und wahr/ daß nichts darwider einzuwenden / und entstehet dahero von dem guten und bösen Gebrauch dieser Dingen ein kurtzes oder langes/ ein gesundes oder kranckes Leben/ aber dieses vermeint ihr nicht? absonderlich wann ihr noch bey jungen Jahren/ da ihr nach freyem Willen lebt; aber ihr macht eine böse Schuld/ dann die spath bereute Wollüsten und Unmässigkeiten haben schon viel vortreffliche Leuthe (wie dann noch alle Tage geschicht) in ihren besten Jahren weggeraubt/ welche doch vermittelst der Mässigkeit und ordentlichen Lebens ihre Gesundheit und Leben nach GOttes Willen mercklich verlängern können / weilen wir dann solchen Schaden

und

und unordentliches Wesen an allen Orthen vermercken und sehen müssen / seynd wir aus Schuldigkeit dahin bewegt worden / die wir nichts suchen / als euren Wolstand und Gesundheit / daß ihr wolt zu eurem Nutzen erkennen / und die edle Mässigkeit / als eine Erhalterin eurer Gesundheit / als eine Pflegerin eures Verstandes / und als eine sorgfältige Handhaberin eures vergnügten Wollebens ehren und lieben / und euch von der verderblichen Ertz-Feindin der Unmässigkeit nicht also schändlich unterdrucken und verderben lassen / hoffen also / ihr werdet erkennen / was zu eurem zeitlichen Leben und Gesundheit dienet / und unsere Wort nicht ohne Frucht zuruck kommen lassen / wie wir euch dann nichts als die Gesundheit und Wolstand wünschen.

Hochwertheste Freunde! ich wolte wünschen / daß dieses allen so angenehm wäre als mir / so hoffte unsre Ermahnung würde reichliche Frucht bringen / aber es gedunckt mich / daß nothwendig seye beyzusetzen / in was die Mässigkeit bestehet ? es haben zwar unterschiedliche viel und weitläufftig von Erhaltung guter Gesundheit / und Wolstand des Menschen geschrieben / aber es werden so viel Bedingungen fürgeschrieben / in der Speisen und Tranck Eigenschafft / die Beobachtung des Luffts / der Ubung des Leibs / auch der Artzneyen / Aderlässen / der Geniessung unterschiedlicher Hertz-und anderer Glieder-Stärckung so viel auferlegt /

und

und so pünctlich zu halten erfordert / daß man schier nicht weiß / was zu thun ist ; bitte also sie in kürtze mich zu berichten / in was eigentlich die Mässigkeit bestehe?

Hochwerthester Freund! Ich kan euch nicht bergen / und bin auch schon dahin bedacht gewesen / solches vorzutragen / und daß ich mit kurtzem meine Meinung eröffne / was durch ein mässiges Leben verstanden werde. So vermeine ich / daß dieses ein mässiges Leben genennet werde / wann man so wol im Essen und Trincken / als anderen Sachen zum menschlichen Leben gedeylich und nothwendig ein gewisse Ordnung haltet / und nicht mehr Speiß und Tranck genossen / auch anderes / was dem menschlichen Brauch gehört / nicht mehr als was des Leibes Zustand zu ordentlicher Wirckung des Gemüths erfordert / gebrauchen / dahero hat es den Namen eines ordentlichen / beschränckten und mässigen Lebens. Ist demnach das Wesen worinn solches bestehet / der bescheidene und ununterbrochene / nach jeder Natur Eigenschafft / gerechte Genuß der Speiß und Trancks / wie dann auch die Kälte / Hitz / starcke Bemühung / schlaffen und wachen / die Gemüths-Bewegungen und dergleichen / in welchem allem man den geziemten Gebrauch zu lassen / der Uberfluß aber nachtheilig / und dem Gemüth in seiner Würckung hinderlich / dem Leib aber an der Gesundheit schädlich.

Hochwertheste Freundin! Es dunckt mich nun

nun genug zu seyn/ ich will den Schluß machen/ hätte sonsten noch etwas vorzubringen/ dann ich glaube/ man habe gnug Bericht/ der sich daran kehren will/ kan sich mehrers ersehen in obgesetzter Reimen-Verfassung/ was die Mässigkeit und Gesundheit für edle und herrliche Gaben/ hingegen die Unmäßigkeit eine gifftige Sucht und Ursprung vieler/ ja schier aller Kranckheiten seye. Nun will ich dieses beschliessen/ und nur noch diese Clausulam hiebey setzen.

Vos igitur per salutem & incolumitatem siquàm desideratis, vestram; per vitam, siquam amatis prosperat; per nomen ac commendationem, siquam diligitis integram; Luxuriam primum cavete illud exitium bonitatis, incendium sceleris, averni clarem, cæli odium, vestrum interitum ac pestem, in hanc animis viribusque conspirate, hanc proscribite, absit à corde, absit ab ore, absit ab animis ejecta exulet, damnata pereat, attrita proteratur; cui enim bono vos notos fuisse creditis, an ut tanquam bruta animantia in Circea hora volutemini, an ut terram dormiendo otiandoque in noctes talparum more prematis, an ut ludendo luxuriæ & voluptatum cæno vos conspurcetis; opportet vos sæpe agere, quod non vultis, & quod vultis opportet relinquere, secus & qui aliter perseverare intendunt, culpam omnium malorum & suorum dolorum in semetipsos conjiciant, & ex eadem re unde sibi delectationem concipiunt inde doloris pænam quo-

que

que recipiant, & quia inordinatè delectationes quærunt & ſequuntur non ſine confuſione & amaritudine eas expleant, quodque pati nolunt omnimodo evitent, quod vero evitare nolunt, patienter ferant, & uti vivere conſueverunt, ita valeant.

Es iſt mir nun in allem recht / er kan ſolches nach ſeinem Belieben einrichten / und denjenigen die ihre Geſundheit lieben / überſchicken / dann die Diæt allein der Balſam iſt / durch welchen die Geſundheit allzeit und auf lange Jahr kan erhalten werden.

Hochgeliebte Freundin! wir haben zwar angezeigt / durch was die edle Geſundheit ſoll und kan erhalten werden / durch was ſolle man aber zu Hülff kommen denjenigen / welche durch die Unmäſſigkeit verderbt / hin und wider kräncklich ligen / welche mit bittren Zähren die liebe Geſundheit ſuchen / ich weiß zwar wol / daß GOtt der Allmächtige alle Vögelein in der Lufft / alle Fiſch des Waſſers / alle Kräutlein der Erden / alle Mineralien und Edelgeſteine / und alles / was auf der Erden aus Gnaden dem Menſchen mitgetheilt / dardurch dieſe die Menſchen erhalten / und ihre Gebrechen können geheilet werden: Aber ich möchte wiſſen / ob meine Freundin nicht eine Univerſal-Medicin, oder Tincturam Philoſophorum verborgen habe / durch welche die menſchliche Gebrechen und Kranckheiten können geheilet werden?

Hoch-

Hochwerthester Freund/ du weist ja wohl/ daß ich im̃erdar bereit/ den betrübten Krancken zu lieb allzeit thun werde / was ich zu ihrem Nutzen und Heyl ersprießlich finde / was nun dein Begehren / wegen der Universal-Medicin oder Tincturam Philsophorum anbelangt / so wisse/ daß ich nicht zweiffle/ daß es nicht ein solche abgebe/ welche da viel/ ja schier alle Kranckheiten curiren kan.

Die Universal-Tinctur ist das edle Saurwasser/ absonderlich des edlen Greißbachs auf dem Schwartzwald; dienlich zu allen Gebrechen.

Hochwerthester Freund / daß er meine Verträulichkeit erfahre / will ich meine Gedancken von der Universal-Medicin ohne Verbergen eröffnen / und dir für dißmahl eine solche zeigen / welche die Natur selbsten auß Güte deß Allmächtigen GOttes von unser allgemeinen Mutter Brüsten im Uberfluß herauß fliessen laßt / allwo alle schmertz- auch bresthaffte Krancke ihre matten Glieder erquicken können. So wisse dann / daß der Allmächtige GOtt zu ewiger Ehr und Herrlichkeit allen Menschen zum Nutzen gegeben die unzehliche Wunderwerck die Er der einige Mittler und Schöpffer in allen natürlichen Dingen frucht-

barlich vorgestellt/ indem er alle Ding der gantzen Welt / so mit Augen können gesehen und mit Händen betastet werden / in drey Reich getheilt / als in Regnum Animale, Vegetabile & Minerale, und begreifft das erste in sich alles / was einen lebendigen Athem hat / als Menschen / Thier / Vögel / Fisch. Die Vegetabilia haben in sich alle Erden-Gewächse/ Kräuter / Saamen / Wurtzlen / Früchten / Bäum und Hecken/ ꝛc. Die Mineralia haben in sich alle Ertz / Metallen / Marquasiten / allerhand Küß und Stein/ sie seyen edel oder unedel ; in diesen dreyen ist alles begriffen / was auf der gantzen Welt zu sehen und hervorgebracht werden kan.

Wie dann GOtt dieses alles erschaffen/ so hat er auch gleich ein corporisches Wesen erschaffen/ von welchem diese alle bestehen und erhalten werden/ und nimmt dann ein jedes erschaffenes Wesen nach seiner Natur von diesen/ was zu seiner Erhaltung und Wachsthum an sich und zu sich nöthig ist / daß es nach seiner eingepflantzten Natur seine Eigenschafft und Wesen bekomme ; was aber dieses seye/ auß welchem alle andere Sachen/ als Vegetabilia, Animalia, & Mineralia bestehen / und welches die principia seynd und ihr erstes Wesen / auß welchen sie bestehen / will ich nicht lang mit denen sonst wohlgegründeten Philosophis hochverständig nachgrüblen / welche die Materiam primam, als eine fruchbare univer-

sal-Mutter zulassen/ welche zu suchen ich mich selbsten understanden / allwo ich deß Diogenis Laternen entlehnt/ auch Brillen und Microscopia mitgetragen/ damit ich diese stäts schwanger-und gebährende Mutter zu Gesicht bringen möchte/ aber wie man mir den Majorem negirt/ bin ich über ein Hauffen gefallen/ daß die Latern und Brill zertrümmert/ begehre also dieser nicht mehr weiters nachzusuchen/ und will dieses denen überlassen/ welche bessere Nachricht und Glauben von dieser haben/ sondern gehet meine Meinung nur dahin/ welches der erschaffnen Dingen per rationem Chymico-Medica principia seyen/ und auß was die erschaffene Ding als ein corporisches Wesen bestehen/ und also materiam materiatam, oder secundam non amplius nudè sumptam sed jam certis affectam accidentibus dardurch verstehe.

So sage ich dann/ daß sowohl die Animalia als Vegetabilia und Mineralia alle gleiche principia haben/ welche auß einem corporischen Wesen bestehen/ und GOtt hat diese/ wie Er die andere erschaffen/ beygesetzt/ daß sie nicht in Abgang gerathen/ sondern allezeit aus ihren principiis wieder können hervor kommen/ solche principia nenne ich minera, und meyne nicht/ daß alle zugleich in allen Sachen/ sondern das eine besteht aus diesen/ das andere aus anderen/ und seynd diese allzeit vermischt/ nachdem dann die Vermischung/ so hat auch ein jedes Wesen

seine Krafft und Würckung / was aber die Mineren seyen / wird hier kürtzlich beygesetzt.

Die erste unter diesen Mineren seynd die saltzende Erden-Säffte / und haben die unter sich alle Saltz / Salniter / Alaun / Vitriol / und alles was dergleichen Räse und Schärpffe in sich hat.

Die andere Mineren haben in sich die schwefelichte und flüchtige Theil / alles was verbrennlich / diese haben unter sich alle Erden-Bäch / Berg-Gewächs / alle Hartz / Gummi / Oel und dergleichen.

Die dritte Mineren haben in sich alle Feuchtigkeit / alle Wasser / See-Wasser / Brunnen-Wasser / Regen-Wasser / Thau und sonsten alle flüssige Feuchtigkeiten / auch alle Schleimigkeiten und mucilaginosa, &c.

Die vierdte Mineren haben in sich alle Erden / als Grund-Erden / sie mögen Farben haben wie sie wollen / auch alle Kiß- und Sand-Felsen / Stein und alles dergleichen was Erden ist / auß diesen bestehet alles erschaffenes Wesen / und seynd diese Sachen in allen zu finden.

Es haben auch diese unsere Mineren ihre Zunehmung / daß sie nicht in Abgang kommen / nicht zwar durch innerliche sondern äusserliche Vermehrung / und durch Einfluß des gestirnten Himmels.

Außdiesen Mineren bestehen die metalla,

und haben gleichsam eine Wurtzel / daraus sie generirt werden; sie werden gebohren / gezeitiget / und zum reiffen Alter gebracht von diesen unseren mineris gemacht / welche seynd der Anfang / Wurtzel und Ursprung der Metallen / und dahero hat die transmutatio metallorum ihren Grund.

Diese unsere principia und mineren seynd nicht allein in den tieffen Erd-Klüfften versteckt / sondern hin und wider durch die gantze Erden eingepflantzt / und haben von diesen alle Kräutel und Gewächs / ihre unterschiedliche Krafft / das eine treibet das Geblüt / das ander stellet alle Blutflüß / ein anders die Feuchtigkeit durch den Harn und Schweiß / ein anders kan die entsafftete Glieder befeuchten / so geschicht und ist schon vielmahl geschehen / daß ein gewisses Kräuter-Gewächs grosse Kranckheit curiret hat; dieses auß Ursach / weilen solches ein edle und reiche Vermischung der Mineren in sich halt / wo ein anders nur schlecht hin etwan von einem oder andern haltet.

Auß diesen Mineren bestehet auch der menschliche Leib / Blut und andere Säfft in dem Leib / und wann man betrachtet / daß alles auf der Welt eines von dem andern sich erhaltet und zeuget / so ist ja leicht zu fassen / daß ein gleiches Wesen in allem stecke / daß der menschliche Leib aus diesen bestehe / lasset sich beweisen / wie wolte man sonst einem Menschen zu

Hülff kommen / der sich schier zu todt geblutet/ wann man nicht solche Sachen hätte / welche wieder Blut ziehen und machen thäten/ dieses geschicht aber täglich/ daß man solches wieder ersetzen kan / und ist das Geblüt liquor rubicundus, salsus, volatilis, oleosus, gelatinosus, welches alle Medici der Zeit bekennen/ so sihest und must bekennen / daß menschliches Geblüt nichts anders seye / und bestehet alles aus den edelsten Theilen unserer mineren/ muß auch bekennen/ daß die minera in Sachen gewesen/ welche man gebraucht / und das Geblüt wieder ersetzt/ sonsten hätte kein Geblüt daraus werden können! Ist nun das Geblüt in qualitate verderbt / daß es die öhlige und klebrige Theil verlohren / so ist dann solches zu dünn / und haben gesaltzene Theil die Oberhand / will man diesen zu Hülff kommen / müssen solche Sachen gebraucht werden / in welchen die öhliche Fette und klebrige mineren enthalten seynd/ so wird solchen wieder geholffen / und also gehet es durch alle Zuständ / und muß man zum ersten schauen/ welche mineren leyden oder abgehen/ und dann solche Sachen brauchen / die diese in sich haben/ so werden sie wieder ersetzt/ und ist es ein Ding/ ob ich diese nehme von den Metallen/ Thieren oder Kräutern / weilen diese mineren eben sowohl in den Kräutern/ und meines Erachtens/ subtiler als in andern Sachen zu finden. Dieses wollen Meine Herren Medici derweilen vor einen flüchtigen Gedan-

cken aufnehmen/ biß vielleicht (wann GOtt will) mit der Zeit man sich besser explicirt.

Was nun anbelangt die Universal-Medicin, so hast mit wenigen viel Bericht: wann du bedenckest auß was alles unterhalten wird/ so kan ja dieses seyn/ daß man ein solche zurichten kan/ die da ist viel und unterschiedliche Kranckheiten zu curiren/ will dir hierinn eine solche Medicin zeigen/ welche zwar nicht durch Kunst/ sondern durch die Natur auß Güte GOttes zu Trost deß nothleydenden Menschen præpariret ist. In unserm Teutschland gibt es viel tieffe Thal und hohe Berg/ wo unsere mineren mit reichem Uberfluß zusammen kommen/ und dorten mit Freuden in der Mutter Schoß wohnen/ mit Vereinigung ihrer sympatischen Freundschafft einen solchen reichen Schatz ihrer Tugend und Krafft zusammen bringen/ welches von keinem Menschen kan genug gepriesen werden/ und seynd diese mineren dorten noch in ihrer blühenden Jugend und ihrem ersten Wesen/ weilen aber der Kunst nicht ist gegeben worden solchen edlen Schatz zu erheben/ so haben wir doch selben zu geniessen/ und bringen uns solche edle Tinctur und Medicin die schöne Wasser-Quellen/ welche in den Bergen und Tieffe der Erden auß ihren Catharactis herauß quellen/ wo sie dann einen solchen Schatz antreffen/ und durchlauffen/ saugen sie auß diesen den edelsten Safft und Krafft wie die Immlein die Blümlein aus/

lauffen mit ihrem reichen Raub darvon / und bringen uns solchen mit Freuden.

Daß du mich nun recht verstehest / und nicht / wie schon viel geirret / die meynen / die Wasser empfangen ihre Krafft / wann sie über die metallische Sträuch und Gäng fliessen / welches doch nicht ist / dann viel Wasser hin und wieder in Ländern gefunden werden / welche über metallische Sträuch und Gäng fliessen / welche doch auch durch viel Jahr weder Geschmack noch Krafft an sich nehmen / so folget / daß durch das durchlauffen der harten Metallen die Wasser nicht die Krafft an sich nehmen. Ich sage aber dir / daß die rechte saur- oder metallische Wasser / nehmen und empfangen ihre Krafft von der Metallen ersten mineren / dann die minera, welche aller Dingen Anfang / so seynd sie auch der Metallen Ursprung / und wann zu solchen mineren die noch nicht zu einem metallischen Cörper coagulirt worden / sondern noch in ihrem ersten Wesen / und noch ein safftige Eigenschafft haben / Wasser-Flüß kommen / werden die allerbeste Theil die Geister und subtilitäten mit dem Wasser so dadurch laufft vermischt und mitgeführet / auch die Salia die schon in den Bergen coaguliret ligen / zum theil aufgelöset und mitgeführet wird / in welches Wasser dann alle Subtilitäten / Spiritus und Kräfften die in den mineren seynd / sich außtheilen und vermischen / darauß wird dann mit Freuden eine solche hochschätz-

bare

bare Universal-Medicin, welche da im edlen Saurwasser bestehet/ generiret.

Ich muß bekennen/ und kan nicht anderst/ als mich bedancken/ indem sie mir mit wenigen viel gesagt/ und weiß ich wohl/ daß alle Länder und Nationen in unheilsamen Kranckheiten tanquam ad sacram anchoram zu diesem Saurwasser ihre Zuflucht suchen; sunt enim efficacissimum & potentissimum remedium ad profligendos gravissimos morbos, das ist/ sie seynd das kräfftigste und mächtigste Mittel/ die schwerste Kranckheiten zu vertreiben/ sagt Plutarchus. Ich finde auch/ daß schon vor viel hundert Jahren diese im Gebrauch gewesen/ welches Strabo ein Philosophus Cretensis und hochgelehrter Geographus bezeuget/ daß zu Zeiten Käysers Augusti/ zu welcher guldenen Zeit viel hochgelehrte Medici gelebet haben/ die Wasser zu trincken und innerlich gebraucht worden. Auch Galenus der alt berühmte Medicus, so gelebt unter dem Käyser Marco Aurelio, Antonio, Commodo, Lucio und Severo, daß damahlen Wasser gefunden worden/ aquæ bituminosæ & nitrosæ, welche den Leuten/ den Leib zu reinigen oder purgiren/ gegeben worden: Uber das hat Scribonius Largus, welcher älter ist als Galenus, solche Wasser zu trincken geben/ in welchem vielmahl ein glüender Stahl abgelöscht worden/ und solches gethan ad imitationem ferratarum in Tuscia, welche in den Feldern Milonis Grachi hervor gequellet/ aber

es nimmt mich Wunder/ ob diese Saur- oder minerische Wasser gleiche Krafft und Wirckung haben.

Dieses zu beantworten/ wisse/ daß dieses keines wegs seyn kan / dann die mineren / wo die Wasser ihre Krafft und Rässe her haben/ unterschiedlich seynd/ auch ihre Vermischung/ dessentwegen die Wasser nicht gleiche Krafft haben/ weilen sie nicht gleiches Gehalts seynd/ und gibt die Ungleichheit/ und macht/ daß das eine schärpffer und rässer / das andere an Schärpffe und Rässe milder / dann etliche allein von einem Stuck/ etliche von 2. 3. 4. oder mehr / und gibt es dann der Vermischungen viel/ und wie edler dann die mineren und Vermischung / so ist auch die Krafft und Tugend deß Wassers: Es gibt auch dero Saur- und andere minerische Wasser / die gifftiger Art seynd/ und nicht innerlich zu gebrauchen/ dann wann die Wasser zu viel rauschgelb oder feilschwebel Sandraca genannt / in seiner Vermischung beygesetzt wird / nachdem es viel oder wenig/ nach dem ist es schädlich/ und so solche Wasser auch Arsenicum und Operment in sich halten/ hat solches ein gifftige/ ezende corrosivische Schärpffe / ist dahero innerlich nicht zu gebrauchen. Weilen dann GOtt vor andern unser liebes Teutschland absonderlich mit so herrlichen und köstlichen Saurwassern gesegnet/ so will ich dir eins von den edelsten/ köstlichsten und hochschätzbarsten beschreiben / welches ich

verwichene Sommers-Zeit / als mich zu belustigen / durch grüne Wälder / hohe Berge / tieffe Thal gezogen / zu schauen / was für edle Gewächs und Kräutlein darinnen enthalten / auch die tieffe Krufften und Bergwerck besucht / wo die Mineralien und Metallen in die harte Felsen sich gesteckt / so hörte ich eine Nymphe dieses singen:

1.

Ach / ach! auri sacra fames,
Du Ertz-Bößwicht und Tyrann /
Nit gnug kan ich bedauren es
Wann ich ja gedenck daran /
Daß du mit deiner Mörder-Hand
Brachtst meine Schwester so zu Schand.

2.

Wie ware sie so reich begabt
Mit GOttes Gnaden-Seegen?
Wie viel hat sie so mild erlabt
Die schwach und kranck gelegen?
Du edle Nymphe Ripoltzau
Ligst nun entsafftet in der Au.

3.

Wenn ich an dich mein Schwester denck /
Macht diß mir es schwere Pein /
Daß ich mein Hertz und Wangen tränck
Mit viel scharpffen Zäserlein.
Werd auch betrübet um dich seyn
Biß mir die Zäher trocknen ein.

4.

Weil mein Schwester dann gestorben /
Und verlohren all ihr Krafft /

Liget dorten gantz verdorben/
Hat nun weder Geist noch Safft/
Weil Gold-Hunger sie verstöret/
Und Ihr ihren Schatz verzehret.

5.

So kommt dann zu mir in Greißbach/
Ich will euch mit Hülff und Rath/
Sie seyen kräncklich oder schwach/
Gern aufwarten früh und spath/
Biß ihr eure krancke Glieder
Habt bey mir erquicket wieder.

6.

Hier wohn ich schon viel hundert Jahr
Die mild-sauren Wässerlein/
Und Quellen die Crystallen klar
Für euch meine Reichthum seyn/
Kommet alle ohne Scheu/
Trunck und Bad ist alles frey.

7.

Doch den Höchsten eyfrig bittet/
Daß ich nicht in diesem Thal
Wie mein Schwester werd verschüttet/
Die jetzt öde/ todt und kahl/
Daß Er Seegen mir ertheil/
Zu der Krancken Trost und Heyl.

Als ich nun zu dieser edlen Nymphen kommen / welche eine der vornehmsten in Teutschland ist / die mir ihre Krafft und Tugend reichen Schatz und Gewalt/ den sie über die menschliche Kranckheiten aus Gnaden GOt-

GOttes besitzt / und mir solches erzehlt / habe ich dann selbiges beschrieben / ihren Gebrauch und Nutzen hast also an ihr / vor dißmahl / die Universal-Medicin. Gehab dich wohl / biß wir wieder zusammen kommen.

Beschreibung Nutzens und Gebrauch deß unschätzbaren Greißbacher Saurbrunnens.

AUf dem Schwartzwald / ein Meil Wegs von dem Städtlein Oppenau / in dem Hochlöbl. Bischtum Straßburg / die Greißbach hinauf / ligt ein heilsamer Saurbrunnen / welcher ohngefehr vor 200. Jahren in Gebrauch kommen mit grossem Nutzen und Hülff allen deren / die sich dessen bedient haben. Dieser Saurbrunnen ist erstens von dem Edlen und Ehrenvesten Wilhelm von Schauenburg zu Oberkirch gebraucht worden / welcher mit sehr langwieriger Kranckheit behafftet / vieler Aertzte Rath und Medicin gebraucht / hat aber ihme durch keine mögen geholffen werden / dieweilen dann ihme von den Aertzten den Saurbrunnen zu gebrauchen gerathen / hat er für sich selbsten diesen Greißbacher Saurbrunnen vor anderen erwehlet / welcher ihme in der Nähe gelegen / und diesen ordentlich angefangen zu brauchen / durch welchen Saurbrunnen gemeldter

ter von Schauenburg seine Gesundheit wieder erlangt / und von langwierigen Kranckheiten befreyet worden: dardurch er verursacht worden / diesen Brunnen mit Blatten-Stein einzufassen / und mit einem eysernen Gätter bedeckt worden; und ist dann dieser Brunnen durch seine grosse Tugend und Krafft aller Orthen bekandt worden / daß die Leuthe in vieler Zahl sich dahin begeben / weilen aber damalen kleine und wenig Häuser daselbsten / daß diejenige / so diesen Brunnen besuchten / nicht wohl unterkommen konnten / hat Jhro Hochfürstl. Gnaden Herr Herr Johann Bischoff zu Straßburg und Hertzog im Elsaß / eine schöne Behausung mit aller Nothdurfft versehen / dahin gebauet: Wehrender Zeit aber ist dieser Saurbrunnen von unterschiedlichen in Besitz gewesen / jetzo aber dem Hochlöblichen Gotteshauß Schuttern / S. Benedicti Ordens / in Breißgau zuständig / wird mit aller Nothwendigkeit bestens versehen für hohe und niedere Stands-Personen / und allgemach wieder zu seinem vorigen Flor gebracht. Dieser Brunnen ligt nechst oben am Weiler Greißbach / und wird darvon der Greißbacher Saurbrunnen genannt / welcher Nahm ihme billig zustehet / indem er durch seine wundersame Krafft manchen schon so lang erhalten / daß er ein alter Greiß worden oder werden kan / der sonst in seinen besten Jahren hätte sterben müssen.

Krafft

Krafft und Würckung deß hoch-schätzbaren Greißbacher Saur-brunnen-Wassers.

Wann ich solte dieses Saurwassers mineren/ die er in sich haltet und mitführet/ jedes nach seiner Krafft und Würckung beschreiben/ könnte gar wohl ein grosses Buch heraus gegeben werden/ weilen aber solcher edlen mineren grosse Krafft hin und wieder von berühmten Authoribus sattsam beschrieben/ so will ich allein die Krafft und Würckung dieses Wassers/ so es wegen seiner edlen Vermischung der mineren hat/ hierbey vermelden.

Was der Greißbacher Saurbrunnen für mineren mit sich führe/ und wie die Vermischung und Gehalt.

Dieser heylsame Brunnen führet in seiner Vermischung die Spiritualischen Kräfften und Subtilitäten deß Eysens/ Vitriols/ Crystallen-Saltz/ deß flüssigen Bergwachs und Schwefels/ unter welchen das Eysen den primat hat/ darnach der Vitriol/ folgends das Stein-oder Crystall-Saltz/ und letztlich das flüssige Bergwachs und Schweffel/ welches doch sehr wenig ist: Dieses ist eine herrliche Vermischung/ so ihre Krafft und Würckung allein hat in den Geistern oder Spiritualischen Subtilitäten/ welche die

die Seel der Metallen seynd / das ist / die erste Gebährung derselben / derowegen dieses Greißbacher Saurbrunnen-Wasser schön / durchsichtig-klar und hell ist / weil es viel Spirituose Subtilitäten mit sich führet / dann je klarer und durchsichtiger ein Saurbrunnen ist / oder anders metallische Wasser / je mehr es die Subtilität und Spiritualische Krafft mit sich führet / je kräfftiger ein solches Wasser ist in seiner Würckung innerlich zu gebrauchen / und also solche Wasser nicht die beste / dem gemeinen Wahn nach seynd / welche gantz rauh und trüb / als zum Exempel: der Petersthaler ist gegen dem Greißbacher / in welche man vermeynt / daß viel von den mineris innen sey / welches zwar wahr / aber dieses ist schon ein corporalisches Metall / und nicht sowohl innerlich zu gebrauchen / als die subtile spirituose und klare Saurwasser / als wie der Greißbacher Saurbrunnen ist wegen der edlen Vermischung / so dann ist dieser Brunn zu nachfolgenden Gebrechen gut.

Zu was Gebrechen der Greißbacher Saurbrunnen dienlich?

Erstlich hat dieser Saurbrunnen die Krafft und Wehrung zu trincken mittelmässig zu wärmen / zu treiben / zu eröffnen und zu reinigen / dienet derowegen seiner Vermischung halber zu allerhand Flüssen deß Haupts / Augen und

ande-

anderer Glieder deß Leibs/ hilfft denen die mit dem Schwindel behafftet seynd / behütet vor dem Schlag und Paralysis, ist auch sehr nutzlich denen/ so verruckt seynd im Haupt / und von Vernunfft kommen/ auch können die grosse Hülffe erlangen welche die fallende Sucht haben.

Zweytens kan dieser gebraucht werden/ so der Magen angefüllt mit sauern Schleim/ bitterer und zäher Materi/daraus Kraffrlosigkeit/ Erbrechen/ Bangigkeit/ verlohrner Appetit erfolgen / dann dieser stärckt den Magen / vertreibt die Maßleid/ und macht Lust zu essen.

Drittens vertreibt dieser das Grimmen / so vom zähen Schleim herkommt / auch die Windsucht/ eröffnet alle Verstopffung der Leber/ deß Miltzes/ der Lufft-Röhren und Grieß-Aderen/ dienet derowegen für alle Kranckheiten/ so von Fäulung kommen/ alte verlegene Fieber/ Schwindsucht/ Gelbsucht/ Lebersucht/ in dem sogenannten affectu hypocontriaco ist dieses die einzige Hülff.

Vierdtens kommt es wohl der verstopfften Mutter/reiniget dieselbe/befördert die Weiber-Zeit / und die zu viel und überflüssige Flüß/ stillt und verzehret den weisen Fluß.

Fünfftens ist es überauß trefflich für das Lenden-Wehe/ Sand und Grieß / dann dieses befördert den Harn / führet aus das Sand und Grieß / reiniget die Nieren und Harngäng von aller Unsauberkeit / und hat dieser

Brunnen wegen seiner grossen Wirckung / so er in Stein und Grieß-Zuständen hat gethan / von den Leuthen den Nahmen Grießbach bekommen. Die Gliedersüchtige / Podagrische / oder die sonst schmertzhaffte Glieder-Kranckheiten haben / können hier grosse Hülffe finden.

Sechstens bringt dieses Saurwasser alles in dem menschlichen Leib wieder zurecht / wann solcher angefüllt ist mit allerhand bösen Feuchtigkeiten / und das Geblüt / oder die Galle und andere Säfft in dem Leib verderbt / dann diese verderbte humores werden durch dieses Saurwasser corrigirt / sie mögen in qualitate verderbt seyn wie sie wollen / zu saur / zu bitter / zu scharpff oder gesaltzen / auch so die humores dick / zeh oder schleimig seynd / werden sie durch die Krafft dieses Wassers aufgelöset / auch zugleich die Gäng und Schweißlöcher eröffnet / daß also die schädliche Materi ohne Gewalt durch den Schweiß / Stulgang / Harn / Speichel und andere Ausleerung ohne Gewalt ausgeführet werden / und braucht es nicht viel Wesens zu machen / dann dieses eine Universal-Medicin, lieblich und anmuthig zu brauchen / wird auch keiner / so solches recht gebraucht / ohne Hülff nacher Haus ziehen ; aber bey dieser Zeit weiß ich nicht / wie die Leuth beschaffen / ein jeder will und hat eine besondere Manier / und machens wie sie es ankomt / welches dann nicht bestehen kan / weil dieses eine Medicin, deren nichts zu vergleichen / wann sie

mit

mit Verstand und Manier gebraucht wird/ wo aber dieses nicht ist / kan es mehr schaden als nutzen / es mag nun seyn wie es will / so muß es seine gewisse Manier und Maaß haben/ welches ich hieher setze/ wie es vor langen Jahren der hochberühmte Medicus Jacobus Theodorus Tabernemontanus in seinem Wasser-Schatz / auch der Hochgelehrte Medicus Georgius Grasseccius, Practicus zu Straßburg selbiger Zeit / in seinem Büchlein von den Saurbrunnen / auch dero neueren / ihre Ordnung durchlesen/ welche ich vor den Griesbacher Saurbrunnen verfasst und eingericht.

Wann die Saurbrunnen zu trincken?

Es ist also bekandt/ daß dieses kalte Brunnen und Quellen sind / so wird dann von alten und neuen Medicis gerathen/ daß solche zu warmer Zeit sollen gebraucht werden / und wird hierzu die beste Zeit im Jahr seyn von Anfang deß Mayens biß in September hinaus.

Was zu mercken / ehe man den Brunnen trinckt?

Einem jeden der diesen Brunnen suchen und brauchen will/ sey zu wissen/ daß hochnothwendig vor allen den Leib zu Haus wohl reinigen und purgiren/ etwan 1. 2. oder 3. mal/

nach Beschaffenheit/ damit derselbe von grober Feuchtigkeit entladen/ und die Gäng eröffnet werden/ dann solches sonsten Schaden bringen kan/ weilen dieses Wasser gleich angreifft/ wo dann so viel Uberflüssigkeit/ kan es nicht gleich solches ausführen/ muß also zwey oder drey mal gereiniget werden/ wie dann ein jeder erfahrner Medicus wird wissen zu ordnen/ dann hierinn keine Regel nach eines jeden constitution gesetzt werden kan/ und nachdem die Kranckheit/ muß solches eingerichtet werden.

Es soll auch ein jeder/ der sich in diesen Brunnen begibt/ in acht nehmen/ wann sie ankommen/ aber müd und matt/ gantz erhitzt/ wie es vielmahl geschiehet/ gleich nach Gelust solches Wasser trincken und baden/ als wann kein excess geschehen könnte/ welches doch höchstschädlich/ sollen also dieses unterwegen lassen/ und einen Tag zuvor ausrasten/ oder mehr/ nachdem sie weit gereiset seynd/ alsdann wer willens ist/ diese Cur zu gebrauchen/ dem wird ja die Vernunfft eingeben/ daß alles/ was wir gutes verhoffen und empfangen/ von GOtt herrühre/ und also derselbe vor allen Dingen mit Eyffer anzuruffen/ daß er seine wunderliche verordnete Mittel zu dem verlangten und erwünschten effect gnädiglich wolle gelangen lassen/ alsdann mag ein jeder mit Göttlichem Seegen diese heilsame Medicin auf nachfolgende Weise gebrauchen.

Auf

Auf was Weis und wie viel man Saurwasser trincken solle?

Des morgens frühe / wann die Sonne aufgangen/ sollen diejenige/ welche das Saurwasser trincken wollen/ aufstehen/ den Leib von aller Uberflüssigkeit reinigen / auch den Mund sauber auswaschen/ und was dergleichen mehr ist/ alsdann sollen sie allgemach zum Brunnen hinspazieren/ daß der Leib nicht erhitzt werde/ welches allezeit soll in Obacht genommen werden / daß sie nicht zuvor mit Tantzen und andern starcken Bewegungen erhitzt seyen/ wann sie nicht grossen Schaden haben wollen ; man kan vor dem Trincken ein paar Saurbrunnen-Täfelein oder anderes Confect essen/als gezuckerten Anis / Kümmel / Pomerantzen / oder dergleichen/ nach belieben.

Es soll dann vor das erste mahl ein Pfund oder ein Schoppen / das ist / ein viertel Theil einer Elsässer Maaß/ oder das Pfund auf 32. Loth gerechnet/ getruncken werden/ das Wasser sollen sie in Geschirrlein/ so man mit Deckelein kan zumachen/ aus dem Brunnen schöpffen/ und wohl verdeckt in der Hand überschlagen lassen/ und darnach gemach trincken/ dann kan er wieder von seinen Confect-Täfelein essen und darauf spazieren / oder sonst eine leichte Ubung treiben / nicht lauffen wie die Buben auf den Schwäbischen Bauren - Hochzeiten um die Nestel/ oder hohe Berg mit Mühe hin-

auffsteigen / sondern sollen der Operation ihre Wirckung lassen/ welche solches unterschiedlich verrichtet/ nachdem die Subjecta seynd/ wie hernach wird vermeldet werden.

Etwan drey Stunden nach dem Morgen-Trunck sollen sie zu Mittag essen / nach diesem soll man sich nicht gleich starck bewegen / vor dem Schlaff sich hüten / sondern mit leichtem motu oder Kurtzweilen die Zeit passiren.

Nachmittag um 3. Uhr soll man wieder zum Brunnen gehen/ und wieder einen Schoppen trincken/ sich in allem halten/ wie oben gemeldet / biß an die Nachtessens-Zeit : Nach 2. oder 3. Stunden so man zu Nacht gespeiset/ soll man wieder einen Schoppen trincken/ etwan 1. Stund in dem Gemach herum spazieren/ alsdann sich zur Ruhe legen.

Die nachfolgende Tag soll er wieder wie zuvor sich verhalten / doch daß er des andern Tags/ sowohl Morgens als Nachmittags anderthalb Pfund/ oder $1\frac{1}{2}$. Schoppen trincken soll/ und also täglich mit 8. Loth auffsteigen/ biß er auf 4. oder 5. Pfund / das ist ein Elsasser Maaß oder 5. Schoppen / auch biß auf 6. Pfund / nach dem die Person schwach oder starck/ welches ein jeder selbsten kan in Obacht nehmen/ und also auf dem höchsten 1. Elsässer Maaß oder 5. Schoppen / auch wohl anderthalb Maaß trincken / und bey diesem biß 8. Tag/ auch auf die 14. Tag / nach dem die Zuständ/ bleiben/ alsdann wieder abnehmen/ biß

man wieder auf 1. Pfund oder 1. Schoppen kommt/ wie man solches angefangen/ und kan diese Cur innerhalb 30. Tagen geschehen; Es finden auch etliche in 8/ andere in 14. Tagen völlige Besserung/ die meisten aber in 3. Wochen/ nachdem der Zustand beschaffen/ etliche/ welche schwere Kranckheiten haben / müssen wohl biß 4. oder 5. Wochen solches trincken.

Es ist zu mercken/ daß / wie oben vermeldet/ so lang die Cur währet/ allezeit zu Nacht 1. Stund vor Schlaffen gehen 1. Schoppen soll getruncken werden / und also nicht so viel als zu Morgen und Mittags ; man solle auch nicht gleich 3. oder 4. Gläser voll nacheinander austrincken/ sondern allezeit darzwischẽ auf und abgehen/ weilen auch deß Saurwassers operation unterschiedlich/ ist nothwendig hier beyzusetzen und zu wissen.

Wie das Sauerwasser seine Operation verrichte / und wie solche in Obacht zu nehmen?

Dieses Saurbrunnen-Wasser hat seine Operation und Wirckung durch 3. Weeg/ als durch den Schweiß/ Harn und Stulgang; dann bey etlichen wircket es gewaltig durch den Schweiß und Harn / bey etlichen durch den Stulgang und Harn/ und bey etlichen auf alle Weeg; so ist dann zu mercken/ wann nach dem trincken der Schweiß starck kommt/ solle

man dem Schweiß fleißig abwarten/ und niemalen versaumen/ sich in das Bett legen/ wol zudecken/ und 1. Stund schwitzen/ darnach mit Tüchern abtrucknen; Wirckt aber dieser fürnemlich durch den Harn und Stulgang/ so ist es rathsam/ daß man das schwitzen unterwegen lasse/ derselben Wirckung abwarte/ wer dieses hat/ daß es durch den Harn und Stulgang treibet/ der solle allzeit mehr nehmen/ wann er aufs höchste kommt/ solle nicht weniger als 4. Pfund/ das ist/ ein Elsässer Maaß trincken/ und das treiben/ biß der Leib von aller schädlichen bösen Feuchtigkeit wohl gereiniget sey/ welches man spüren kan/ wann man mercket/ daß der Durchlauff nachlasset/ und der Krancke wieder zu seinem gewohnlichen und natürlichen Stulgang kommet.

Wie man sich bey den Mängeln/ so sich währender Cur begeben/ zu verhalten?

Erstlich/ weilen es sich vielmahl begibt/ daß die Saurwasser nicht alle Menschen anfänglich durchbricht/ auch bey etlichen gar nicht/ sondern nur allein durch den Harn und Schweiß reiniget/ doch nichts destoweniger die schädliche Fäule und zähe Feuchtigkeit ablöset/ und dünn macht/ bey welchen sich dieses begibt/ die sollen alle 6. oder 8. Tag durch die verordnete bequeme Purgierlein solches abführen/

ren/ wann auch sonsten eine Verstopffung des Stulgangs einfallen wolte/ solle mit Zäpfflein/ Clistierlein/ oder von den Laxier eines genommen werden/ daß solches erweicht und ausgeführet wird/ sich vor starcken Artzneyen hüten/ dieweil der Saurbrunnen für sich selbsten schon ausgeführet/ oder nachgehends thun wird.

Wann man ein Laxier deß Morgens nimt/ soll das trincken unterwegen bleiben / doch Nachmittag kan man solches wieder trincken/ werden aber nur Zäpfflein oder Clistier genommen/ kan das Wasser des Morgens auch getruncken werden.

Laxierlein.

Eine Handvoll Zwetschgen/ 1½. Schoppen Saurwasser zusammen gesotten/ darzu gethan 2. oder 3. Loth Manna/ und darinn zergehen lassen/ durch ein Tüchlein gesigen/ und des Morgeus getruncken. Diese Laxier-Zwetschgen kan man zu Hauß machen; auch kan der Wirth oder Haußhalterin solche vor die Gäste in Bereitschafft halten.

Ein ½. lb. Zwetschgen/ Anis/ Fenchelsaamen jedes ein Quintlein/ eine gute halb Maaß Wasser/ die Zwetschgen darinn gesotten/ daß sie ein wenig weich werden/doch nicht zu weich/ die Stein heraus gethan/und thu die Brühe und Zwetschgen besonder/ nimm dann dieses Pulver —— præparirten Weinstein 6. Quintl. Canari-Zucker 3. Loth/ Zimmet 1. Quintlein; die-

ses alles gepülvert/ dann lege von den Zwetschgen ein Läge in ein irrden Geschirr und bestreue sie mit dem Pulver/ und also ein Läge um die ander bestreut/ wann sie also eingelegt/ so nimm die Brühe/ worinn die Zwetschgen gesotten/ und lasse sie darein fliessen. Nach diesem —— Item 3. Loth Manna zergehen/ ein wenig eingekocht/ und den lauwarm über die Zwetschgen geschütt/ und zum Gebrauch behalten. Wer dann laxieren will/ der kan zu Nacht vor dem Schlaffen gehen etwan 3. oder 4. von den Zwetschgen und ein paar Löffel voll Brühe nehmen/ auch deß Morgens nüchtern so viel/ so wird dieses wohl und leicht laxiren.

Die Zäpfflein können nur von Honig mit Saltz vermischt gemacht werden.

Die Clistirlein sollen Morgens/ oder 4. Stund nach dem Essen genommen werden: Nimm darzu des Saurbrunnen-Wassers 1. Schoppen/ gemeinen Koch Zucker 2. Loth/ Baumöl oder frischen Butter 1. Vierling/ solches alles zergehen lassen/ und lauwarm dem Krancken beybringen.

Es begibt sich auch öffters/ daß die Wasser in dem Leib stehen bleiben/ und nicht fort wollen/ machen allerhand Ungelegenheit absonderlich in dem Harn/ diesem dann zu helffen/ kan vom obigen Laxier eines genommen werden/ oder allezeit dieses Pulver etwan 1. oder 2. Messerspitz voll in dem ersten Glas Saurwasser/ welches die operation wohl befördert/ wie folgt:

Cre-

Cremor tartari 2. Loth.
nitrum præparatum 2. quintl.
tartari vitriolati 1. quintl.

Was diejenige anbelangt / die mit Sand und Griess behafftet seyn / so sie solten Verstopffung bekommen/ können sie von den Laxirlein oder das Clistirlein nehmen ; so aber diesen von dem Sand/ Griess oder Steinlein die Harngäng verstopfft werden/ und mit Zuruckhalten deß Urins grossen Schmertzen machen/ können sie diesen Safft brauchen:

Oleum amigdalarum dulcium 4. Loth.
Syrup de Althæa Ferneli.
papaveris erratici.
aquæ malvæ comunis jedes 2. Loth.
Spiritus terebinti 5. oder 6. Tröpfflein.

Von diesem etwan alle Stund 1. oder 2. Löffel voll zu nehmen/ wann es dann durchgetrieben / mögen sie das Saurwasser wieder gebrauchen.

Es begibt sich auch/ daß viel im Anfang ein Erbrechen anstoßt/ welches nicht schädlich/ sondern es wird dardurch der Magen vom bösen Schleim gereiniget/ wann es aber anhalten solte/ muß man Laxirlein 1. oder 2. Tag nacheinander nehmen/ will dann das Erbrechen nicht nachlassen/ so ist rathsamer von der Cur abzustehen.

Viel die von den Fiebern genesen/ und diesen Brunnen besuchen/ bekommen gar offt das Fieber wieder/ oder es brechen erst Fieber aus/ diese

diese sollen von dieser nachbeschriebenen Latwergen etwan 1. oder 2. Tag nehmen / welche auch an statt obiger Laxier in dem Saurbrunnen kan gebraucht werden/ und solle man solche allezeit vor die Gäste parat halten.

Electuarium ex Thamarindis 4. Loth.
Conserva rosarum pallidarum 2. Loth.
Electuarium è succo rosarum 6. quintl.
Tartari vitriolati $\frac{1}{2}$. quintl.

Dieses in der Apotheck zusammen gericht/ davon des Morgens einer Baumnus groß zu nehmen/ oder etwas mehrers/ nach condition des Patienten; oder so viel in einer Brühe zergehen lassen/ und wie ein Tráncklein nehmen/ alsdann kónnen sie den Saurbrunnen nach Ordnung wieder trincken. Es begibt sich auch / daß etliche gantz schláfferig werden / und sich dessen nicht enthalten kónnen/ welches zwar ein selten accidenz, doch so es sich solte zutragen/ kan man Rauten nehmen/ klein zerschneiden/ in ein Tüchlein binden mit starcken Essig anfeuchten/ und beständig daran riechen.

Die/ welche zimlich corpulent und fett seynd/ wann sie dessentwegen den Saurbrunnen trincken wollen/ müssen etlich mal starck purgieren/ sich solches durch einen Medicum verordnen lassen/ darauf kónnen sie nach Ordnung das Saurwasser trincken/ und sollen diese bey dem Essen nichts als Saurwasser trincken / auch unter der Zeit kein anders Getránck nehmen/ solches zum wenigsten ein Monat verharren/ so

wird

wird der Mensch wohlgestalt / und alle böse falsche Feuchtigkeit und Fäistigkeit verzehrt. Dieses kan auch noch hierbey wohl gemerckt werden / daß dieses Saurwasser kan gebraucht werden in Dissenteria, fluxu cæliaco, oder Bauchfluß / wo die Speisen unverdaut durchgehen / mit andern Magen-stärckenden Sachen / weilen dieses die scharffe Feuchtigkeit / so im Magen und Därmen stecket / solche miltert und auswascht / doch solle dieses nicht ohne Rath eines Medici geschehen.

In der Wassersucht / welche von Verstopffung herkommt / kan es zwar auch dienen / sonsten nicht / ohne grossen Vorbedacht.

In der rothen Ruhr / allwo die Gedärm gantz versehrt / kan es nicht gebraucht werden / auch sonsten zu meiden / wo das Jngeweid verfaulet und verderbt. Jn tieffen innerlichen Geschwären der Nieren / Blasen / absonderlich in der Lungensucht / auch nicht / weilen in solchen Fehlern die Natur und angegriffene Theil schon zu sehr geschwächt / die Schärffe und Viele der saltzichten humoren auch zu hoch gestiegen / daß zu förchten / es möchte durch das mineral-Wasser die zarte und schon verletzte Zäserlein noch stärcker angreiffen / und also das Ubel vergrössert werden.

Es kommen auch bißweilen / welche sich bereden lassen / und wollen das Saurwasser warm trincken / welches ein grosser Fehler ist / indem diese Wasser ihre Krafft von den subtilen

Gei-

Geistern der mineren empfangen / die sie mit sich aus den Gängen der Erden führen/ wann solche warm gemacht werden / fliegen sie fort/ und wird das Wasser an seiner Wirckung geschwächt : Soll also nicht warm getruncken werden. Diejenige aber/ so gar zu schwache Mägen haben/ oder durch langwierige Kranckheiten am Leib verzehret/ oder sonsten schwach seynd / sollen im Anfang der Mahlzeit / und sonderlich deß Morgens/ ein Schnitten gebähet Weißbrod aus einem unverfälschten Malvasier oder Hypocras / Claret oder dergleichen gewürtzten Wein essen. Es ist auch erlaubt/ die gar zu schwache Mägen haben / etwan eine halbe Stund zuvor Morgens ein frisch weich gesottenes Ey zu essen.

Wie man sich im Essen und Trincken zu verhalten?

Dieweil dieser Gebrauch des Saurbrunens den Lust und Appetit zum Essen zu erwecken/ auch in den jenigen/ die lange Zeit weder Speiß noch Tranck ohne Widerwillen genossen/ solche mit Appetit und Lust geniessen köñen. Die Zeit ist oben schon angesetzt : Was aber die Speisen belangt/ soll man geniessen die leicht dauig seynd / und gute Nahrung geben/ als jung Rindfleisch / Hammelfleisch/ Kalbfleisch / junge Ziegen-Böcklein / jung Hirschen-Wildprät/ junge Haasen/ junge Rehe/ auch Schwein-Wildprät

prät von Frischling; desgleichen auch junge Hanen/ jung und alte Hüner/ Capaunen/ Rebhüner/ Haselhüner/ Birckhanen/ Aurhanen/ Gänß und Enten/ auch sonst allerhand kleine Wald-Vögel. Es seynd auch zu essen weich gesottene Eyer/ Eyermüßlein/ Weinmüßlein/ Brodtmüßlein/ von guten Hüner- oder Fleischbrühen gemacht/ und sonst alle leicht-dauige Speisen: Das Gemüß kan allezeit von Kräutelwerck/ als Spinat/ Sparglen/ gemeiner Köhl/ Blumenköhl/ jung geschlachte weise und gelbe Rüblein und dergleichen. Was die Fisch anbelangt/ seynd die beste so in frischen/ gesunden und starck-fliessendem Wasser gefangen werden/ hingegen die in mosichten/ sumpffig und faulen Wassern gefangen werden/ seynd zu meiden/ wiewohl man in den Bäderen sonsten nicht allen Menschen Fisch-Speisen erlaubt/ ist doch dieses im Saurbrunnen/ weilen dieses Wasser alle Schädlichkeit der Fisch corrigirt/ derowegen diejenige/ so die Fisch nicht wohl verdauen können/ dieser Saurbrunnen sehr dienlich.

Von Birn/ Aepffel/ Kirschen/ und allen anderen dergleichen Obs-Früchten soll man sich gäntzlich enthalten/ auch von Milch nichts speisen.

Was nun das Brod anbelangt/ soll dasselbe wohl gehöflet/ auch wohl gebachen seyn von Waitzen- oder Korn-mehl/ zum wenigsten ehe man es nutzet/ soll es eines Tags alt seyn/

dann

dann frisch und neu gebachenes Brod blähet den Magen und Bauch/ so sehr schädlich; die starcken und armen Leuth mögen sich mit rothem Brod behelffen/ weilen der Saurbruñen den Lust zum essen erweckt / und wol hilfft dauen/ mag man wol gnüglicher essen / doch solche Maß darinn halten/ daß man sich nicht überfülle.

Ich muß hier melden: nimt mich Wunder / wer oder woher dieser Mißbrauch und grosse Irrung entstanden/ daß man kein Rindfleisch solle auffstellen / und ist dieses in dem Grießbach eine Regel worden / welche ohne allen Grund ist / daß also diejenige / so zu befehlen haben/ solches zu verbessern schuldig seyn? dann das junge Rindfleisch die beste Nahrung gibt / und kan man die substantioseste Suppen davon haben/ wie solches Celsus ein alter berühmter Medicus bekräfftiget/ daß unter anderen das Rindfleisch/ besonders das junge/ gesund und wohl zu verdauen/ was aber starcke Leuth/ als Handwercker und Bauersleuth/ die schwere Arbeit thun können/ auch starcker Speisen gewohnt/ die mögen wohl gutes Ochsenfleisch/ und dergleichen andere Speisen essen/ dann sonsten ihnen schwer fallen möchte/ von einer Zeit zur andern die Mahlzeit zu erwarten.

Das

Das Trincken belangend.

Der Tranck zur Speiß soll seyn ein heller / klarer / guter / alter weisser Wein / mit dem dritten oder vierdten Theil Saurwasser vermischt und temperirt / oder aber welche denselben nicht gern vermischt trincken / können bißweilen einen Trunck Saurwasser darzwischen thun ; so auch einer Lust hätte / Saurwasser zu trincken / besonders dicke und fette Leuth / die mögens ohne Nachtheil thun; die mageren aber / und durch langwierige Kranckheiten verzehrt / und gute Nahrung vonnöthen habende / sollen Wein zur Mahlzeit trincken / mit dem vierdten Theil Saurwasser vermischt. Daß aber theils vermeynen / man solle kein Saurwasser unter den Wein schütten / finde ich keine Ursach / und können sie auch keine fürbringen / als weil sie vermeynen / die Saurwasser treiben durch den Harn / und also geschwind die Speisen gleich aus dem Magen führe / und wegen seiner durchdringenden Krafft die Dauung verhindere / dieses soll sich niemand irren lassen / dann wann man also schliessen wolte / durffte man auch keinen Wein trincken / weilen ein jeder gerechter Wein / der natürlich und gesund / seine Spiritus noch hat / die Art soll haben den Harn zu treiben / und welcher Wein dieses nicht hat / der soll von gesunden Leuthen nicht getruncken werden : Zum

andern müste man auch keinen Wein trincken/ so mit Wasser vermischt/ welches doch so wohl von alten als neuen Medicis Gesunden und Krancken zu trincken befohlen/ und ist gewiß/ daß ein vermischter Wein mit Wasser gewaltig durchtreibt / welchen das gemischte Wasser viel besser durch die Gäng und innere Glieder durchtreibt/ welches sehr gut/ weilen die Wein/ die lang im Leib ligen bleiben/ versäuren/ und gleichsam abstehen/ viel Unpäßlichkeit verursachen.

Zum Beschluß berichte diejenige/ die die Cur trincken und zugleich baden wollen/ sollen das eine unterwegen lassen / und wer ein Bad vonnöthē/ der soll zum ersten des Saurswassers-Cur trincken / und hernach ein dienliches Bad brauchen/ sonsten kan man das übel ärger machen/ wollen also diesem meinem Rath folgen/ dann alles seine Ursachen und gnugsamen Grund hat/ warum solches geschehen soll und muß.

Zum letzten sage allein noch dieses allen / die diese herrliche Medicin brauchen/ absonderlich den Presthafften und Krancken / wann es wahr ist / daß die Erden ihre Schätz und Reichthum hat an den auch fürwachsenden Früchten und Blumen ; die Berg an den schatzreichen Mineralien und Metallen ; das Wasser an den Fischen und Beerlein / das Firmament an den glantzenden Himmels-Liechtern / so kan und darff ich wohl sagen/ daß der Seelen-Schatz in der Tugend bestehe/

deren

deren nicht die geringste ist die Danckbarkeit/ wann wir dann dieses erwegen / daß die Wasser-Flüß / welche die Erde durchstreichen zur Schooß deß Meers/ aus welchem sie geflossen/ wiederkehren / die Bäum und Pflantzen geben zur Danckbarkeit ihre Früchten / die gepflügte Felder geben wieder hundertfach was in sie geworffen; wird dann dieses an den unvernünfftigen Dingen gelobt/ mit was für schuldiger Danckbarkeit seynd dann wir nicht verpflichtet/ als die so grosse Gaben und Gnaden von dem allgütigen GOtt geniessen/ absonderlich daß er uns so herrliche Mittel zu unserer Leibs-Gebrechlichkeit erschaffen/ so wollen dann wir mit danckbarem Gemüth/ daß er uns und seine erschaffene Ding ferners segnen und erhalten wolle/mit demüthigem Hertzen aufruffen:

Benedicamus Patrem & Filium cum Sancto Spiritu laudemus & superexaltemus Eum in Sæcula.

BSB Bayerische StaatsBibliothek

MDZ Münchener DigitalisierungsZentrum Digitale Bibliothek

Stenzel, Johann Baptist

Kurtzer und Gründlicher Bericht Des Edlen Lebens-Balsams, Wodurch der Mensch seine Gesundheit biß zu bestimter Zeit gar leicht erhalten und sein Leben verlängern kan bestehet in der Diaet oder Mässigkeit ... ; Anderns: Wird mit gründlichem Beweiß die Universal-Tinctur Oder Medicin zu allen Menschlichen Gebrechen dienlich, vorgestellet, So bestehet in dem Edlen

Straßburg 1714

Bamberg, Staatsbibliothek -- Bip.M.o.375
urn:nbn:de:bvb:12-bsb11434006-0
VD18 12226904